



**УНИВЕРЗИТЕТ У НИШУ  
ФАКУЛТЕТ СПОРТА И ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА**

**ОСНОВНЕ СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ,  
СПОРТ**

**ПЛАНОВИ ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ  
ЗА ШКОЛСКУ 2023/2024 ГОДИНУ**

**Ниш, 2023**



Садржај:

I година - 2021/2022	Обавезни I	Савремени спорт и друштво.....	5
		Психологија са развојном психологијом .....	7
		Методика дијагностике у спорту .....	9
		Теорија спорта .....	11
	Изборни I	Олимпизам .....	13
		Гимнастика за све.....	16
		Ритмика.....	19
		Здравствено васпитање.....	22
		Акробатика .....	25
	Обавезни II	Енглески језик 1 .....	27
		Анатомија.....	29
		Историја спорта .....	32
		Технологија спорта 1.....	35
	Изборни II	Терминологија физичког васпитања и спорта .....	38
		Методика игара у физичком васпитању.....	42
		Допинг и антидопинг у спорту .....	45
Фитнес .....		47	
Замор и опоравак у спорту 1.....		50	
Дечја атлетика.....		52	
Развојна гимнастика .....		54	
II година - 2021/2022	Обавезни III	Антропомоторика.....	56
		Физиологија .....	59
		Биомеханика .....	62
		Методика моторичког учења и контроле.....	64
	Изборни III	Локомоторни апарат у спорту.....	67
		Друштвени плес.....	70
		Спортови снаге .....	73
		Мини рукомет.....	76
		Стрељаштво.....	78
	Обавезни IV	Спортска медицина .....	81
Хигијена .....		84	

		<b>Методика спортског тренинга.....</b>	<b>86</b>
	<b>Изборни IV</b>	<b>Одбојка на песку.....</b>	<b>89</b>
		<b>Баскет.....</b>	<b>91</b>
		<b>Мали Фудбал.....</b>	<b>94</b>
		<b>Тенис.....</b>	<b>97</b>
		<b>Спорт особа са инвалидитетом.....</b>	<b>99</b>
		<b>Спортско пењање.....</b>	<b>102</b>
		<b>Адаптирано физичко вежбање.....</b>	<b>104</b>
		<b>Самоодбрана.....</b>	<b>107</b>
<b>III година - 2017/2018</b>	<b>Обавезни V</b>	<b>Основе спортске статистике и информатике.....</b>	<b>109</b>
	<b>Изборни V</b>	<b>Фитнес и велнес програми.....</b>	<b>111</b>
		<b>Ватерполо.....</b>	<b>114</b>
		<b>Дечији спорт.....</b>	<b>117</b>
		<b>Менаџмент спортских организација и манифестација.....</b>	<b>119</b>
		<b>Методика рекреације у туризму.....</b>	<b>122</b>

**План извођења наставе на предмету: Савремени спорт и друштво**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <span style="color: red;">Савремени спорт и друштво</span>				
Година и семеста: I година I семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 6				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+1				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> <li>• Услови за излазак на завршни испит:</li> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> Стицање сазнања о спорту као општедруштвеној појави и о предмету спорта као посебног социолошког феномена. Аналитичко размишљање о комплексном односу друштва и спорта у савременом свету. Изграђивање оријентације ка објективном промишљању феномена спорта и његовог значаја у савременом друштву.</p>				
<p><b>Исход:</b> Знање стечено у оквиру овог предмета омогућава будућим стручњацима у области спорта да препознају аспекте повезаности и међусобног односа различитих друштвених појава и спорта. Припрема студенте основних струковних студија за успешно и објективно сагледавање друштвеног статуса спорта, како током студија, тако и у будућем професионалном раду.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Спорт као друштвена појава.	I	Методе засноване на посматрању (показивање), речима (монолошке, дијалошке) коришћењем апликација за видео конференције, формирање видео записа, видео презентација, текстуалних и других врста докумената, директуну комуникацију и сл. прикладних за учење на даљину	
2.	Спорт некад и сад.	II		
3.	Друштвена улога и функције спорта.	III		
4.	Личност и спорт.	IV		
5.	Култура и спорт.	V		
6.	Здравље и спорт.	VI		
7.	Етика и спорт.	VII		
8.	Религија и спорт.	VIII		
9.	Жене и спорт.	IX		
10.	Профит и спорт.	X		
11.	Насиље и спорт.	XI		
12.	Политика и спорт.	XII		
13.	Медији и спорт.	XIII		
14.	Наука и спорт.	XIV		
15.	Рекапитулација обрађених тема.	XV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводне напомене. Упознавање са начиномрада на часовима вежби.	I	Методе засноване на практичним активностима студената	
2.	Спорт као друштвена појава. (радни задаци) Спорт некад и сад. (радни задаци)	II		
3.	Друштвена улога и функције спорта. (радни задаци)	III		

4.	Култура и спорт. (радни задаци) Здравље и спорт. (радни задаци)	IV	коришћењем различитих модула е-учења (лекције, тестови, речници, упитници, базе података, форуми и др.)
5.	Етика и спорт. (радни задаци)	V	
6.	Религија и спорт. (радни задаци)	VI	
7.	Жене и спорт. (радни задаци)	VII	
8.	Профит и спорт. (радни задаци)	VIII	
9.	Насиље и спорт. (радни задаци)	IX	
10.	Политика и спорт. (радни задаци)	X	
11.	Медији и спорт. (радни задаци)	XI	
12.	Наука и спорт. (радни задаци)	XII	
13.	Колоквијум	XIII	
14.	Дорада радних задатака. Анкета о реализованој настави.	XIV	
15.	Свођење евиденције о предиспитним активностима.	XV	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Похађање наставе:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Теоријски колоквијум:** Полаже се електронски на рачунарима. **Интерактивна настава:** Интерактивна настава се реализује у оквиру електронског система и обухвата различите задатке који су у складу са наставним програмом предмета и могућностима самог система (тестови, лекције, форуми, речници...). **Активност:** Реализује се кроз додатне задатке (семинарски, припрема презентација или других материјала у вези са наставним планом, као и на основу остварених резултата у оквиру система). **Завршни испит:** Реализује се кроз електронски тест који се ради на рачунарима и усмени део. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова – лични контакт / електронском поштом). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета и/или на сајту предмета. Не бодују се.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Скемблер, Г. (2007). Спорт и друштво: историја, моћ и култура. Клио.
2. Коковић, Д. (2010). Друштво, насиље и спорт: Mediterran Publishing
3. Живановић, Н., Ранђеловић, Н., Павловић, П., Станковић, В. (2010). Теорија физичке културе. Прво издање. Ниш: "Паноптикум".

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Електронски тест и усмени испит	40
Колоквијум (теорија)	30		
Интерактивна настава	10		
Активност	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Небојша Ранђеловић, редовни професор  
др Данијела Живковић, доцент

##### Вежбе:

др Небојша Ранђеловић, редовни професор  
др Данијела Живковић, доцент

**План извођења наставе на предмету: Психологија са развојном психологијом**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Психологија са развојном психологијом</b>				
Година и семеста: I година I семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 7				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+1				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> Циљ изучавања психологије је стицање знања о психологији као науци, о њеном развоју, методама и подручјима, да студенте оспособи за примену психолошких средстава и метода у васпитно образовној делатности.</p> <p><b>Исход:</b> Студент који успешно савлада програм предмета познаје основне информације о психологији као науци, о њеним методама и подручјима. Студент је оспособљен да разуме проблеме учења, факторе успешног учења и методе и механизме који подстичу на веће постигнуће у учењу. Студент разуме основне механизме успеха у моторичком учењу. Студент познаје основне механизме и проблеме у развоју и формирању личности младих.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Структура психологије као науке. Психолошке дисциплине. Кратка историја психологије као науке.	I	Теоријска предавања	
2.	Теорије личности. Психоаналитичке теорије.	II		
3.	Социопсихолошке теорије.	III		
4.	Типологије личности.	IV		
5.	Методе у психологији.	V		
6.	Перцепција и пажња.	VI		
7.	Теорије личности	VII		<b>Колоквијум</b>
8.	Моторичке способности.	VIII	Теоријска предавања	
9.	Когнитивне способности.	IX		
10.	Релације између моторичких и когнитивних способности.	X		
11.	Увод у развојну психологију, периодизације дечијег развоја.	XI		
12.	Развој говора.	XII		
13.	Развој мишљења.	XIII		
14.	Развој социјалног понашања.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру		Облици и методе наставе
1.	Појам и дефиниција и врсте учења.	I	Практична предавања	
2.	Класично и емоционално условљавање.	II		

3.	Инструментално учење.	III		
4.	Учење увиђањем и по моделу.	IV		
5.	Напредовање у току учења, плато.	V		
6.	Трансфер у учењу.	VI		
7.	Памћења.	VII		
8.	Заборављање.	VIII		
9.	Моторно учење.	IX		
10.	Мотивација за учење.	X		
11.	Појам и врсте мишљења.	XI		
12.	Тестови знања, појам и врсте.	XII		
13.	Критеријски тестови.	XIII		
14.	Социјализација.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. **Теоријски колоквијум:** Садржи прву трећину градива (Теорије личности и Општа психологија). Полаже се писмено и пролазност је са 51%. **Интерактивна настава:** Обухвата активност студената на часовима вежби тако да за сваку своју опсервацију и смислени допринос адекватној обради наставне јединице студент на сваком часу може добити по један поен (максимално 10). **Семинарски рад:** Обрађује ширу тематику предвиђених психолошких тема из плана и програма. Упутство за израду је писмено достављено сваком студенту на првом часу вежби. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата две трећине градива (развојну и педагошку психологију) ако је положен колоквијум. Ако није положен колоквијум, студент добија 3 питања из три наведене области. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова) и, наравно, не доносе никакве поене студентима. Распоред консултација је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Смиљанић, В. (1991). Развојна психологија. Београд: ЦПП, ДПС.
2. Милојевић, А. (2004). Психологија спорта и вежбања. Ниш: ФФК.
3. Вучић, Л. (1991). Педагошка психологија. Београд: ЦПП, ДПС.
4. Crain, W. (2004). Theories of development. Pearson: Prentice Hall.
5. Gill, D. (2000). Psychological dynamics of sport and exercise. Champaign IL: Human Kinetic.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Усмени испит	40
Колоквијум	20		
Семинарски рад	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Петар Митић, ванредни професор

##### Вежбе:

др Петар Митић, ванредни професор



**План извођења наставе на предмету: Методика дијагностике у спорту**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <span style="color: red;">Методика дијагностике у спорту</span>				
Година и семеста: I година I семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 6				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+1				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ предмета</b> Стицање теоријских и практичних знања о методици одређивања, праћења и контроле степена тренираности спортиста.				
<b>Исход:</b> Студенти ће бити оспособљени да примене стечено теоријско и практично знање из методике дијагностицирања и контроле тренажног процеса. Да теоријским и практичним знањима буду оспособљени за успешно коришћење тестова за процену функционалних и моторичких способности спортиста. Да упознају психодијагностику и примену психолошких тестова у спорту.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Упознавање са предметом.	I	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
2.	Дијагностичке технике.	II	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
3.	Контрола тренажног процеса.	III	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
4.	Утврђивање стања и контрола способности спортиста.	IV	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
5.	Инструменти у дијагностици.	V	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
6.		VI		
7.	Тестови за процену основних вентилацијских способности.	VII	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
8.		VIII		
9.	Тестови за процену моторичких способности.	IX	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
10.		X		
11.	Дијагностика у контроли функционалних способности.	XI	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
12.		XII		
13.	Биохемијски показатељи стања тренираности спортисте.	XIII	Фронтални, Вербални, Аудио - визуелни	
14.	Теоријски колоквијум	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Дијагностика функционалних способности спортиста.	I	Групни, вербални, демонстрација, практични рад	
2.		II		
3.		III		
4.		IV		

5.	Дијагностика моторичких способности спортиста.	V	Групни, вербални, демонстрација, практични рад
6.		VI	
7.		VII	
8.		VIII	
9.	Дијагностика снаге.	IX	Групни, вербални, демонстрација, практични рад
10.		X	
11.		XI	
12.		XII	
13.	Дијагностика брзине.	XIII	Групни, вербални, демонстрација, практични рад
14.	Практични Колоквијум.	XIV	Групни, вербални, демонстрација, практични рад

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријски колоквијум:** Садржи једну половину пређеног градива програма предавања. Ради се писмено и пролазност је са 51 %. **Практични колоквијум** обухвата приказ, објашњење и видео презентацију обављене дијагностике изабраних способности спортиста/групе/појединца (студент се сам опредељује за спорт или спортску грану). **Интерактивна настава:** Обрађује ширу тематику предвиђених наставних тема из плана и програма и обухвата видео презентацију одабране теме. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата половину градива (са положеним колоквијумом) или целокупно градиво (без положеног). Студент добија три питања случајним избором. Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. За излазак на теоријски испит неопходно је остварити најмање 30 поена на предиспитним обавезама (присуство настави, теоријски колоквијум, практични колоквијум, интерактивна настава).

#### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

##### Литература:

1. Сударов, Н. (2007). Тестови за процену физичких перформанси. Нови Сад: Покрајински завод за спорт
2. Сударов, Н. и Фратрић, Ф. (2010). Дијагностика тренираности спортиста. Нови Сад: Покрајински завод за спорт.

##### Допунска:

3. Wood, M.T., Ed. (2006). Measurement theory and practice in kinesology. Champaign IL: Human Kinetics.
4. Kaminski, A.L. et.al. (2006). ACSM'S resource manual for guidelines for exercise testing and prescription. London: Lippincott Williams and Wilking.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Активност у току предавања	10	Усмени / писмени испит	40
Колоквијум 1	20		
Колоквијум 2	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Мирсад Нуркић, редовни професор  
др Никола Милошевић, доцент

##### Вежбе:

др Мирсад Нуркић, редовни професор  
др Никола Милошевић, доцент

**План извођења наставе на предмету: Теорија спорта**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Теорија спорта</b>				
Година и семеста: I година I семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 6				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Формирање рационалног мишљења и усвајање нових знања из Теорије спорта као облика спознаје о природи, теорији, пракси и субјектима спорта.				
<b>Исход:</b> Студенти су оспособљени да усвојена знања из Теорије спорта користе за савладавање осталих предмета на факултету, као и примену стечених знања у пракси.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Друштвени аспекти спорта.	I	Теоријска предавања уз коришћење аудио-визуелних средстава.	
2.	Савремене теорије спорта.	II		
3.	Дидактичко-педагошки аспекти.	III		
4.	Класификације и систематизација спортова.	IV		
5.	Волонтеризам и професионализам.	V		
6.	<b>Садржаји из претходних 5 недеља</b>	VI		<b>Колоквијум 1</b>
7.	Структура и видови спортске припреме.	VII	Теоријска предавања уз коришћење аудио-визуелних средстава.	
8.	Спортска такмичења.	VIII		
9.	Спортски шампион. Спортска средина.	IX		
10.	Примарност игре у спорту.	X		
11.	Спорт и природно и социјално окружење.	XI		
12.	Спорт и наука. Спортска технологија.	XII		
13.	Компјутерска технологија и спорт.	XIII		
14.		XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Примарност игре у спорту.	I	Практична настава	
2.	Примарност игре у спорту.	II		
3.	Примарност игре у спорту.	III		
4.	Спортска технологија.	IV		
5.	Спортска технологија.	V		
6.	Спортска технологија.	VI		
7.	Спортски системи.	VII		
8.	Спортски системи.	VIII		
9.	Спортски системи.	IX		

10.	Моделовање истраживања у спорту.	X		
11.	Моделовање истраживања у спорту.	XI		
12.	Моделовање истраживања у спорту.	XII		
13.	Формирање уметничких начина у спортској делатности.	XIII		
14.	Формирање уметничких начина у спортској делатности.	XIV		

### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. **Теоријски колоквијум:** Садржи градиво из садржаја који су обрађени на предавањима и вежбама прве половине градива. Полаже се теорецки и пролазност је са 51%. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања и активност у настави. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата другу половину од пређеног градива. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. **Семинарски рад:** Студенти обрађују неке од тема из спортова којима припадају или теме по избору.

### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Братић, М., Костић, Р., Вукајловић, В. (2006). Теорија спорта. Бања Лука: Паневропски универзитет.
2. Костић, М. Р., Костић, С. Р. (1997). Теоријско филозофске основе спорта. Ниш: СИА.
3. Живановић, Н. (2002). Прилог епистемологији физичке културе. Друго допуњено и проширено издање. Ниш: "Паноптикум".
4. Живановић, Н., Ранђеловић, Н., Павловић, П., Станковић, В. (2010). Теорија физичке културе. Прво издање. Ниш: "Паноптикум".
5. Miah, A., Garcia, B. (2012). The Olympics the basics. New York, Routledge.
6. Coakley, J. (2007). Sports in society. McGraw-Hill International Edition.

### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Теоријски испит	40
Семинарски рад/Тест	10		
Интерактивна настава	20		
Колоквијум 1	20		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Данијела Живковић, доцент	<b>Вежбе:</b> др Данијела Живковић, доцент
---	---

**План извођења наставе на предмету: **Олимпизам****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Олимпизам</b>				
<b>Година и семестар:</b> I година I семестар (Октобар/Јануар)				
<b>Статус предмета:</b> Изборни; <b>Број ЕСПБ:</b> 5				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета.				
<b>Услови за илазак на завршни испит:</b> Услови регулисани законом и актима Факултета, 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности, услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Да студенте кроз предавања и консултације упозна са Олимпијским покретом, Олимпијским играма, Међународним олимпијским комитетом, Националним олимпијским комитетом, као и са основама Олимпизма и институцијама у области олимпијског васпитања и образовања. Дакле, један од основних циљева наставе Олимпизма, јесте усвајање нових знања из овог подручја као саставног дела спортске делатности.				
<b>Исход:</b> Стицање знања ради опште културе и професионалне едукације. Да стечена знања из Олимпизма послуже за успешно савладавање осталих програмских испита на факултету, као и да им омогуће операционализују знања у пракси.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Уводно предавање – организација наставе, предиспитне и испитне обавезе (стицање бодова). Уводни појмови о олимпизму.	I	Фронтални и групни. Вербална, Дијалогска и Аудио-визуелна.	
2.	Настанак, почетак игара, легенде о настанку и значај игара у Грчкој.	II	Фронтални и групни. Вербална, Дијалогска и Аудио-визуелна.	
3.	Античке Олимпијске игре: програм, дисциплине, судије, објекти за вежбање	III	Фронтални и групни. Вербална, Дијалогска и Аудио-визуелна.	
4.	Обнављање игара, заслуге и критике Барона Пјера де Кубертена.	IV	Фронтални и тандемски рад. Вербална, Илустације.	
5.	Модерне Олимпијске игре: застава, химна, заклетва, мото, симбол, амблем.	V	Фронтални и групни. Вербална, Дијалогска и Аудио-визуелна.	
6.	Организација Олимпијских игара: комитет, учешће, програм, село.	VI	Фронтални и групни. Вербална, Илустације.	
7.	Српски олимпизам и СОК.	VII	Фронтални и групни. Вербална, Илустације.	
<b>8.</b>	<b>Теоријски колоквијум</b>	<b>VIII</b>	Фронтални и групни.	
9.	Олимпијске игре и њихове дилеме, успони и падови Олимпијских игара.	IX	Вербална,	

10.	Међународни олимпијски комитет, Међународне федерације, Национални олимпијски комитети.	X	Дијалoшка и Аудио-визуелна.	
11.	Олимпијске игре као културни догађај; Друштвени аспекти ОИ.	XI		
12.	Основни појмови олимпијског васпитања; Основни кодекси Олимпијског васпитања.	XII		
13.	Маркетинг на Олимпијским играма	XIII	Фронтални ,	
14.	Спортске игре младих	XIV	Вербална, Илустрације	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Почетак и поводи за организовање игара у Грчкој.	I	Фронтални , Вербална, Аудио-визуелна	<b>½ пређеног градива је колоквијум</b>
2.	Физичко васпитање и установе за физичко вежбање у античкој Грчкој.	II	Фронтални и групни. Вербална, Дијалoшка и Аудио-визуелна.	
3.	Најзначајнији облици физичког вежбања и начин њиховог извођења.	III	Фронтални , Вербална, Аудио-визуелна	
4.	Свечане игре античке Грчке.	IV	Фронтални и групни.	
5.	ОИ – декаденција и престанак	V	Вербална, Дијалoшка и Аудио-визуелна.	
6.	Модерне Олимпијске игре.	VI	Фронтални , Вербална, Аудио-визуелна	
7.	Параолимпијске игре.	VII		
8.	Значај и вредност ОИ.	VIII	Фронтални и групни. Вербална, Дијалoшка и Аудио-визуелна.	
9.	Такмичења под интеграцијом МОК-а	IX		
10.	Жене на Олимпијским играма	X		
11.	Олимпијско васпитање и образовање.	XI	Фронтални , Вербална, Аудио-визуелна	
12.	Међународни олимпијски комитет „МОК“.	XII		
13.	Олимпијски комитет Србије.	XIII	Фронтални , Вербална, Илустрације	
14.	Први олимпијац Момчило Тапавица и значај и дело Светомира Ђукића.	XIV	Фронтални , Вербална, Аудио-визуелна	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Минимални услови за излазак на испит:** *посећеност наставе* (5) неопходно је да буде присутан на 50% наставе, број бодова се пропорционално увећава; *интерактивна настава* (16), која обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, активност у настави и друге активности на предмету (прилог за музеј и медијатеку Олимпизма); *ДОН консултације* (0), реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова), а распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета наставника; *теоријски колоквијум* (10), садржи једну половину пређеног градива програма предавања, ради се писмено и пролазност је са 60 % (12 тачних питања). *Теоријски испит* (0), полаже се усмено и обухвата половину градива (са положеним колоквијумом) или целокупно градиво (без положеног). Студент добија три питања случајним избором.

**УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА**

1. Савић, З. (2008). *Историја олимпизма са олимпијским васпитањем*. Књажевац: „ГИП Тимок“.
2. Шиљак, В. (2013). *Олимпизам*. Београд: АЛФА Универзитет.
3. Савић, З. (2016). *Историја физичке културе*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
4. Miah, A., Garcia, B. (2012). *The Olympics the basics*. New York, Routledge.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Посећеност наставе (Т+В)	10	Усмени испит	40
Интерактивна настава	25		
Консултације	5		
Колоквијум (теоријски-тест)	20		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ****Предавања:**

*др Александар Раковић, редовни професор*  
*др Звездан Савић, редовни професор*

**Вежбе:**

*др Александар Раковић, редовни професор*  
*др Никола Стојановић, ванредни професор*

**План извођења наставе на предмету: Гимнастика за све**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Гимнастика за све</b>				
Година и семестар: I година I семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Објекат ван ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Регулисани законом и актима Фаскултета. Услови су описани у оквиру предиспитних и испитних обавеза. Услов за остваривање потписа је 30 освојених поена у оквиру предиспитних обавеза.				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање теоријских и практичних знања о групи гимнастичких спортова и њихову примену у савременом друштву и нашим условима живота.				
<b>Исход:</b> Студент је оспособљен да примени стечено теоријско и практично знање основних гимнастичких вежби. Гимнастика за све представља део светског покрета Спорт за све, велику популаризацију добија у свету и код нас као савремени облик групних вежби, које имају своју ревијалну презентацију на слетовима, фестивалима, Соколским играма, Eurogym-у и Гимнастријади.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводо предавање: организација наставе, распоређеност бодова у Предиспитним и Испитним обавезама (13-26). Циљ и задаци наставе (9)	I	Фронтални облик рада, Теоријска предавања, Метод усменог излагања са визуелним садржајима	
2.	Дефинисање основних појмова (10-13)	II		
3.	Приказ састава са видео записом (14-26)	III		
4.	Спорт за све - наш начин живота (31-35)	IV		
5.	Гимнастика за све: дефиниција, појам, организација, Гимнастријада (43-47), стратегија, едукација (40-43)	V		
6.	Програмски садржаји - Вежбе на справама (54-59)	VI		
7.	Програмски садржаји - Спортски аеробик (51-54)	VII		
8.	Програмски садржаји Спортска акробатика (70-72), Ритмичка гимнастика (67-70)	VIII		
9.	Програмски садржаји -Акробатика на еластичном столу (59-67)	IX		
10.	<b>Пређено градиво од 1. до 9. наставне јединице (писмени одговор на 10 питања)</b>	X		Колоквијум 2 - пређено градиво у ПО (I пут)



11.	Селекција у гимнастичким спортовима (77-82)	XI	Метод усменог излагања са визуелним садржајима Теоријска предавања	
12.	Справе и реквизити у гимнастичким спортовима (87-98)	XII		
13.	Димензије справа (87-98)	XIII		
14.	Димензије реквизита (67-68)	XIV		
15.	<b>Пређено градиво од 11. до 14. наставне јединице (писмени одговор на 10 питања)</b>	XV		Колоквијум 2 - пређено градиво у ПО (II пут)
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Приказ састава у ПО на појединачним дисциплинама (14-15)	I	Кружни метод рада, Метод демонстрације	
2.	Приказ састава у појединачним дисциплинама у ПО	II		
3.	Акробатика на еластичном столу – приказ појединих вежби (26)	III	Метод демонстрације, Практичне вежбе, Кружни метод рада	
4.	Ритмичка гимнастика – приказ састава (121-122)	IV		
5.	Акробатика – приказ неких вежби 110-113)	V		
6.	Увежбавање састава у ПО	VI		
7.	Увежбавање састава у ПО	VII		
8.	Увежбавање састава у ПО	VIII		
9.	<b>Колоквијум 1: приказ пређеног градива од 3. до 5. наставне јединице</b>	IX		
10.	Приказ састава у ИО (16-25)	X	Практичне вежбе, Индивидуални метод рада	
11.	Увежбавање састава у ПО и ИО	XI		
12.	Увежбавање састава у ПО и ИО	XII		
13.	Увежбавање састава у ПО и ИО	XIII		
14.	Увежбавање састава у ПО и ИО	XIV		
15.	<b>Колоквијум 1: приказ пређеног градива</b>	XV		<b>Колоквијум 1 -II пут</b>

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Консултације:** реализују се једном недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. **Практични колоквијум:** Подразумева практичан приказ гимнастичких састава и акробатских, ритмичких и вежби на трамполини који су предвиђени наставним садржајем предиспитних обавеза. **Теоријски колоквијум:** Садржи једну половину пређеног градива програма предавања. Ради се писмено и пролазност је са 60 %. **Интерактивна настава:** састоји се од приказа вођења вежби обликовања и вођења часа које се уписује у радну књигу. **Завршни испит:** састоји се од приказа практичног и теоријског дела. **Практични испит:** састоји се од приказа групне кореографије вежби по сопственом избору. **Теоријски испит:** полаже се усмено, а студент добија два питања случајним избором.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Петковић, Е. (2011). Гимнастика за све. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Manuel- Apparat in Gymnastics for All. Federation Internationale de Gymnastique.
3. 125<sup>th</sup> Anniversary- Book General Gymnastics. Federation Internationale de Gymnastique.

НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)			
Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Посећеност настави (П+Т)	10	Практични испит	20
Колоквијум 1 (практично)	30	Теоријски испит	20
Колоквијум 2 (теорија)	14		
Интерактивна настава	6		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>
НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ			
<b>Предавања:</b> <i>др Емилија Петковић, редовни професор</i> <i>др Стеван Стаменковић, доцент</i>		<b>Вежбе:</b> <i>др Емилија Петковић, редовни професор</i> <i>др Стеван Стаменковић, доцент</i>	

**План извођења наставе на предмету: Ритмика**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Ритмика</b>				
Година и семестар: I година I семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета.				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Примена ритмике као средства физичког васпитања нижим разредима основне школе.				
<b>Исход:</b> Стварање навике за континуирано ритмичко вежбање, као активности која доприноси унапређењу здравог начина живота у физичкој и менталној сфери деце и омладине.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводно предавање: организација наставе, распоређеност бодова у предиспитним и испитним обавезама, циљ и задаци наставе.	I	Фронтални облик рада; Метод усменог излагања	<b>Теоријски колоквијум.</b>
2.	Осврт на историјски развој ритмике у свету.	II		
3.	Осврт на историјски развој ритмике код јужнословенских народа.	III		
4.	Естетика са естетиком физичке културе.	IV		
5.	Основни појмови теорије музике.	V		
6.	Ритмика и метрика.	VI		
7.	Музичке способности (музикалност).	VII		
8.	Јединство музике и покрета. Овладавање музикалношћу и изражајношћу покрета.	VIII		
9.	<b>Теоријски колоквијум.</b>	IX		
10.	Функционална музика. Методика примене функционалне музике.	X		
11.	Основе ритмике: симбиоза плеса и гимнастике.	XI		
12.	Примена ритмике у физичкој култури: ритмика у васпитно-образовним установама.	XII		
13.	Примена ритмике у физичкој култури: ритмика у спортским клубовима и фитнес центрима.	XIII		
14.	Сишор тест (метода евалуације базичних музичких способности)– практична вежба.	XIV		

15.	Реализација ритмичких структура (методе евалуације осећаја за ритам)– практична вежба.	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Базични елементи телом, таласи у бочној и чеоној равни, равнотеже, окрети, поскоци, скокови. Састав без реквизита: усвајање појединачних елемената састава, повезивање у целину (на бројање; 8 $\frac{4}{4}$ тактова).	I	Фронтални облик рада; Метод демонстрације	
2.	Базични елементи телом, поскоци, скокови. Састав без реквизита: провера савладаности састава (на бројање), усклађивање уз музичку пратњу.	II		
3.	Провера савладаности базичних елемената телом. Састав без реквизита: провера савладаности састава уз музичку пратњу.	III	Индивидуални и групни облик рада; Метод демонстрације	
4.	Састав без реквизита: провера савладаности састава уз музичку пратњу. Састав лоптом: основе рада лоптом (држање лопте, одбијање, избацивање у бочној и чеоној равни, хватање лопте, „осмице“).	IV		
5.	Састав лоптом: усвајање појединачних елемената састава, повезивање у целину (на бројање; 8 $\frac{4}{4}$ тактова). Састав вијачом: техника рада реквизитом.	V		
6.	Састав лоптом: провера савладаности састава (на бројање) и усклађивање уз музичку пратњу. Састав вијачом: основе рада вијачом (суножни и једноножни скокови са и без међупоскока кроз вијачу са ротацијом напред, галоп напред и странце, „осмице“).	VI	Фронтални облик рада; Метод демонстрације	
7.	<b>Обавезни састав без реквизита и лоптом: провера савладаности састава.</b>	VII	Индивидуални рад	<b>Колоквијум П<sub>1</sub></b>
8.	Састав вијачом: усвајање појединачних елемената састава, повезивање у целину (на бројање; 8 $\frac{4}{4}$ тактова тактова).	VIII	Индивидуални и групни облик рада; Метод демонстрације	
9.	Састав вијачом: провера савладаности састава (на бројање) и усклађивање уз музичку пратњу. Ритмички састав: усвајање појединачних елемената састава, повезивање у целину (на бројање; првих 20 $\frac{4}{4}$ тактова састава).	IX		
10.	Састав вијачом: провера савладаности састава уз музичку пратњу. Ритмички састав: провера савладаности првих 20 $\frac{4}{4}$ тактова састава; усклађивање уз музичку пратњу.	X	Индивидуални облик рада; Метод демонстрације	

11.	Састав вијачом: провера савладаности састава уз музичку пратњу. Ритмички састав: провера савладаности првих $20 \frac{4}{4}$ тактова састава (на бројање) и усклађивање уз музичку пратњу; усвајање преосталих $16 \frac{4}{4}$ тактова састава (на бројање), повезивање у целину.	XI	Индивидуални и групни облик рада; Метод демонстрације	Колоквијум П <sub>2</sub>
12.	<b>Обавезни састав вијачом: провера савладаности састава.</b>	XII		
13.	Ритмички састав: провера савладаности првих $20 \frac{4}{4}$ тактова састава уз музичку пратњу; провера савладаности преосталих $16 \frac{4}{4}$ тактова састава (на бројање), усклађивање уз музичку пратњу.	XIII		
14.	Ритмички састав: провера савладаности свих $36 \frac{4}{4}$ тактова састава (на бројање), а потом и уз музичку пратњу.	XIV	Фронтални облик рада; Метод демонстрације	
15.	Ритмички састав: провера савладаности свих $36 \frac{4}{4}$ тактова састава уз музичку пратњу.	XV	Индивидуални рад	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова студената прве године ОАС). **Теоријски колоквијум:** Садржи једну половину пређеног градива наставног плана и програма предавања. Ради се у IX недељи, у писаној форми и пролазност је са преко 50% (минимум 8 од предвиђених 15 поена). У случају да постоји потреба за поправним колоквијумом, исти ће бити реализован одмах по завршетку семестра, у термину теоријске наставе. **Практични колоквијум:** Има их укупно два- Састав без реквизита и Састав лоптом (у VII недељи) и Састав вијачом (у XII недељи). Максималан број поена за прва два састава је 20, а за Састав вијачом је 15. **Практични део испита:** Приказ, у току практичне наставе наученог, Ритмичког састава уз музику по избору. **Теоријски део испита:** Полаже се усмено, а студент добија два питања случајним избором.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Пуреновић-Ивановић, Т., Поповић, Р. (2022). *Ритмика*. Ниш, РС: Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Нишу.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Посећеност наставе (Т+П)	10	Практични део испита (Ритмички састав)	20
Теоријски колоквијум	15	Усмени део испита	20
Колоквијум П <sub>1</sub> (Тло + Лоп)	20		
Колоквијум П <sub>2</sub> (Виј)	15		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Тијана Пуреновић-Ивановић, ванредни професор

##### Вежбе:

др Тијана Пуреновић-Ивановић, ванредни професор

**План извођења наставе на предмету: Здравствено васпитање**

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Здравствено васпитање</b>				
Година и семеста: I година I семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Стицање знања о теоријским и практичним вредностима здравственог васпитања у спорту и физичком васпитању.				
<b>Исход:</b> Студенти су упознати са основним начелима и могућностима њихове практичне примене у свакодневној пракси. Студенти су кроз предавања, практичне вежбе, и консултације стекли основна знања и оспособљени су да владају теоријским и практичним вештинама везаним за примену здравственог васпитања у спорту и физичком васпитању.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Исхрана -значај и улога хранљивих материја у исхрани здравих људи	I	Фронтални, метода усменог излагања	
2.	Исхрана - препоруке за правилну исхрану (са посебним освртом на потребе и проблеме у исхрани деце и омладине, и спортиста)	II		
3.	Исхрана и хроничне незаразне болести	III		
4.	Гојазност – етиологија, епидемиологија, компликације и дијетотерапија; Поремећаји понашања и исхрана	IV		
5.	<b>Садржаји из претходне 4 недеље.</b>	V		
6.	Карактеристике и превенција инфекција	VI	Фронтални, метода усменог излагања	
7.	Препартиципациони скрининг	VII		
8.	Превенција наркоманије; Превенција обољења која се преносе полним путем;	VIII		
9.	Превенција спортских повреда	IX		
10.	Превенција масовних незаразних болести	X		
11.	<b>Садржаји из претходних 5 недеља.</b>	XI		<b>Колоквијум 2</b>
12.	Спортска дерматологија (превенција најучесталијих кожных вирусних и бактеријских обољења у спортској популацији).	XII	Фронтални, метода усменог излагања	
13.	Спортска дерматологија ( превенција најучесталијих кожных гљивичних обољења у спортској популацији).	XIII	Фронтални, метода усменог излагања	
14.	Спортска дерматологија ( превенција најучесталијих кожных обољења у спортској	XIV	Фронтални, метода усменог излагања	

Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
	популацији изазваних деловањем физичких фактора)			
1.	Исхрана деце и спортиста, методологија испитивања	I	Рад у паровима, метода разговора	
2.	Састављање дневног хранљивог оброка у дечијем узрасту	II	Рад у паровима, метода разговора	
3.	Састављање дневног хранљивог оброка са освртом на специфичне енергетске потребе у појединим спортским дисциплинама	III	Рад у паровима, метода разговора	
4.	Одређивње индекса телесне масе (ИТМ). Одређивање обима струка. Дефинисање перцентилне категорије ИТМ код деце и одраслих.	IV	Рад у паровима, метода разговора	
5.	Вограликов ланац, клиничке карактеристике бактеријских и вирусних инфекција. Израчунавање инциденце, кумулативне инциденце .	V	Индивидуални облик рада, метода разговора	
6.	Превенција наркоманије	VI	Фронтални, метода разговора	
7.	Превенција сексуално трансмисивних болести.	VII	Фронтални, метода разговора	
8.	Прва помоћ код спортских повреда	VIII	Рад у паровима, метода демонстрације,	
9.	Препартиципациони скрининг	IX	Фронтални, метода разговора,	
10.	Исхрана и промоција здравог стила живота у превенцији масовних незаразних болести	X	Фронтални, метода разговора	
11.	Болести деце и спортиста изазване биолошким агенсима - вирусне инфекције	XI	Фронтални, метода разговора	
12.	Болести деце и спортиста изазване биолошким агенсима - бактеријске инфекције.	XII	Фронтални, метода разговора	
13.	Болести деце и спортиста изазване биолошким агенсима – Паразитарне болести	XIII	Фронтални, метода разговора	
14.	Болести деце и спортиста изазване физичким агенсима	XIV	Фронтални, метода разговора	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе:** Посећеност настави се евидентира у спискове евиденције присуства студената, и на крају семестра бодује одговарајућим бројем поена. **Активност у настави:** Активно учешће у настави, одговори на постављена питања, дискусија бодују се одговарајућим бројем поена. **Теоријски колоквијум:** Први теоријски колоквијум подразумева проверу знања из пређене прве трећине градива. Други колоквијум подразумева проверу знања из пређене друге трећине градива. **Интерактивна настава:** Подразумева самосталну припрему студента за презентацију дела градива, активност на настави. **Теоријски испит:** Подразумева проверу знања из пређене последње трећине градива. **Консултације:** Консултације са студентима се обављају два пута недељно по унапред утврђеном распореду.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Ранђеловић, Ј., Ђурашковић, Р. (2006). Хигијена спорта. Ниш: СИА.
2. Ђурашковић, Р. (2002). Спортска медицина. Ниш: СИА.

3. Митровић, Р. (1996). Хигијена за студенте факултета за физичку културу. Ниш: "ПроСофт"  
 4. Николић, М. (2007). Дијететика. Аустрија:Wus

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Теоријски испит (усмено, писмено, електронски тест)	40
Колоквијуми I+II	12+13		
Семинарски рад	10		
Интерактивна настава	15		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Љиљана Бјелаковић, редовни професор</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Љиљана Бјелаковић, редовни професор</i>
--	--



**План извођења наставе на предмету: **Акробатика****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Акробатика</b>				
<b>Година и семеста:</b> I година I семестар (Октобар/Јануар)				
<b>Статус предмета:</b> Изборни; Број ЕСПБ: 5				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Упознавање са основама акробатике и њеним значајем, како за развој детета, тако и њен позитивни утицај на антрополошки статус одраслих и користност за све остале спортове. Стицање знања о акробатици као такмичарском спорту. Упознавање са принципима и методама тренинга у акробатици. Овладавање техником и методиком обучавања у акробатици. Оспособљавање за помагање и чување приликом вежбања.				
<b>Исход:</b> Поседовање знања о основама акробатике. Познавање принципа и метода тренинга у акробатици. Познавање технике и методике обучавања у акробатици. Оспособљеност за помагање и чување приликом вежбања. Оспособљавање студената да акробатику примењују као помоћно средство у осталим спортовима.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Историјат акробатике.	I	Фронтални, Вербална, Илустрације, Аудио-визуелна	
2.	Основни помови у акробатици и класификација.	II		
3.	Акробатика као такмичарска дисциплина.	III		
4.	Справе и помоћне справе у акробатици	IV		
5.	Индивидуална акробатика.	V		
6.		VI		
7.		VII		
8.	Акробатика у паровима.	VIII		
9.	Групна акробатика.	IX		
10.		X		
11.		XI		
12.	Акробатика на малом еластичном столу.	XII		
13.	Акробатика на великом еластичном столу.	XIII		
14.		XIV		
15.	<b>Колоквијум теорија</b>	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Техника и методика обучавања елемената	I	Групи, Рад у	

2.	индивидуалне акробатике.	II	паровима, Демонстрација, Практични рад
3.		III	
4.	Техника и методика обучавања елемената акробатике у паровима.	IV	
5.		V	
6.		VI	
7.	Техника и методика обучавања елемената групне акробатике.	VII	
8.		VIII	
9.		IX	
10.	Техника и методика обучавања елемената акробатике на малом еластичном столу	X	
11.		XI	
12.	Техника и методика обучавања елемената акробатике на великом еластичном столу.	XII	
13.		XIII	
14.	<b>Колоквијум практично</b>	XIV	
15.		XV	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. **Колоквијум практично:** Садржи градиво из индивидуалне акробатике и акробатике у паровима. Полаже се практично и пролазност је са 51% или минималних 10 поена. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања и активност у настави. **Теоријски колоквијум:** Полаже се усмено и обухвата прву трећину градива из предмета акробатика за које студент мора остварити минималних 10 поена. **Практични испит:** Садржи градиво из групне акробатике и акробатике на малом и великом еластичном столу. Полаже се практично и пролазност је са 51%. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата последње две трећине градива. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Илић М. (1980): Спортска гимнастика, Партизан НИП, Београд.
2. Јорданов, Д., Радулов, Б, Миков, Ц. (1987): Јединствени програм, методика обучавања и тренинг у мушкој спортској гимнастици, Бугарска гимнастичка федерација, СИА, Софија.
3. Петковић, Д. и сар. (1995): Спортска гимнастика II- Методика, Научна књига, Београд.
4. Величковић, С., Петковић, Е., Илић, С. (2008): Спортска гимнастика II- Методика, СИА, Ниш.
5. Ward, P., (1996). Teachinf Tumbling. Champaign IL: Human Kinetic.
6. Ortiz, K. (2013). Tumblling Basics. (eBook).

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	20
Колоквијум практично	20	Теоријски испит	20
Колоквијум теорија	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Саша Величковић, редовни професор	<b>Вежбе:</b> др Милош Пауновић, доцент
---	--

**План извођења наставе на предмету: **Енглески језик 1****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Енглески језик 1</b>				
<b>Година и семеста:</b> I година II семестар (Фебруар/Мај)				
<b>Статус предмета:</b> Обавезни; <b>Број ЕСПБ:</b> 4				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+3				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета (подразумева се ниво знања језика upper-intermediate, што је ниво савладан након завршетка средње школе)				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Овладавање језичким вештинама слушања, говорења, писања, читања. Читање се наглашава због коришћења стручне литературе путем које ће студент учити и друге стручне предмете. Писање као вештина ће се користити за писање семинарских радова, а касније и за писање стручних радова. Вештине слушања и говорења ће бити важне због праћења стручних скупова који се углавном организују на енглеском језику, а и због могућности да своје радове студенти могу презентовати широј стручној јавности.				
<b>Исход:</b> Студенти су оспособљени да комуницирају на енглеском језику и писаним и усменим путем, при чему ће језик спорта бити ново поље терминологије важне за њихову будућу струку.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Verbs-aux./tenses:pres/past/perf.	I	Теоријска предавања Фронтални рад	
2.	Pres.tens./cont.simple/passive.	II		
3.	Past tens./simple/cont/passive.	III		
4.	Modal verbs/I/oblig/permission.	IV		
5.	Seminar paper.	V		
6.	Doing the right thing.	VI		
7.	Future forms.	VII		
8.	Different verb pattern/like.	VIII		
9.	Pres.perf/passive.	IX		
10.	Conditionals-I/II, time clauses.	X		
11.	Mod.verbs-probability/adjectives.	XI		
12.	Pres.perf.cont./time expressions.	XII		
13.	Indirect questions/question tags.	XIII		
14.	Reported speech/sequence of tenses.	XIV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Socio-moral growth through sport- the role of coach and group dynamics	I	Практична настава Групни рад Метода писања и читања Метода разговора и илустрованих	
2.	Academic achievement and physical fitness level	II		
3.	Gender stereotypes and sport participation	III		
4.	Sports sciencie in the Olympics and	IV		

	Paraolympics education.		радова Усмена презентација ППТ	
5.	Seminar paper on selected sport (Free choice of topics)	V		
6.	<b>Граматичка грађа обрађивана у средњој школи</b>	VI		<b>Колоквијум 1</b>
7.	PE curricula and preparations for real time engagement (in sports clubs and associations)	VII		
8.	Most frequent sports – team and individual (tennis, volleyball, triathlon, adventure sports) and their features	VIII	Практична настава Групни рад Рад у паровима Метода писања и читања	
9.	The use of IT technologies in training process and competitions	IX		
10.	Formation of recreational habits-leisure for life	X		
11.	Glossaries of most frequent sports and their governing bodies and codes of rules	XI		
12.	<b>Граматичка грађа обрађивана у средњој школи</b>	XII		<b>Колоквијум 2</b>
13.	Sport and its medical aspect-injuries, types, description, treatments	XIII	Практична настава	
14.	Different types of exercises (plyometrics)	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Консултације:** два пута недељно према истакнутом распореду **Семинарски рад:** је обавезан, оцењује се у распону од 5-10 бодова, садржи обрађену тему из спорта и глосар стручних термина, као и ппт усмену презентацију **Теоријски колоквијуми:** садрже грађу (граматичку и тематску) подељену на два дела, трећи, поправни служи да се надокнади пропуштени или поправи лоше урађени. Услов су за излазак на усмени део испита. **Интерактивна настава:** обухвата писање есеја-кратко препричаних лекција као и активно учествовање у дискусијама **Теоријски испит:** Положени писмени део испита је услов за излазак на усмени.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. PirsI, D. (2010). English in Physical Education and Sports. Nis: SIA.
2. John and Liz Soars. (2003). New Headway Upper-intermediate Course. Oxford: Oxford University Press.
3. Поповић, Љ., Мирић, В. (1999). Граматика енглеског језика са вежбањима. Београд: "Завет".
4. Одговарајући речници за поједине спортове и материјали доступни на интернету.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Писмени испит	10
Колоквијум 1+2	30	Усмени испит	30
Семинарски рад	10		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

НАПОМЕНА: Услов за излазак на испит положени колоквијуми. Положен писмени је услов за усмени део испита.

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Предраг Никетић, доцент	<b>Вежбе:</b> др Предраг Никетић, доцент
---	---

**План извођења наставе на предмету: Анатомија**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <span style="color: red;">Анатомија</span>				
Година и семеста: I година II семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+1				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> <i>Теоретска настава:</i> упознавање са грађом човечијег тела, коштаном, зглобним и мишићним системом, затим са кардиоваскуларним и периферним и централним нервним системом и чулима; са основном грађом система за дисање, система за варење, система за излучивање, полним (мушким и женским) системом као и са ендокриним жлездама.</p> <p><i>Практична настава:</i> усклађена је са теоретском (оно што се предаје исте недеље се вежба); вежбе се обављају у остеолошкој и дисекционој сали, искључиво на хуманом кадаверичном материјалу; такође могуће је коришћење компјутера у којима су презентације предавања.</p>				
<p><b>Исход:</b> Савладавање основних елемената грађе човечијег тела са теоретског и практичног аспекта и припрема студената за даље праћење градива других предмета.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Увод у анатомију; Општа остеологија; clavícula, scapula. Humerus.	I	Теоријска предавања	
2.	Radius, ulna, ossa manus. Општа артнологија, Artt. membri superioris. Општа миологија, fossa axillaries, regio scapularis.	II		
3.	Regio brachii anterior et posterior; regio antebrachialis anterior et posterior. Palma manus; Артерије, вене лимфатици и нерви горњег екстремитета.	III		
4.	Зидови грудног коша (кости, зглобови и мишићи); подела грудне дупље. Trachea, pulmo dex. et sin., pleura.	IV		
5.	Срце (cor), srčana kesa (pericard) Prednji i zadnji mediastinum (zidovi i sadržaj)	V		
6.	Зидови абдомена (мишићи, крвни судови лимфни судови и живци), Слабе тачке. Органи за варење, Hepar, pancreas, splen.	VI		
7.	Retroperitonealni prostor, organi za izlučivanje. Karlica (zidovi, podela i sadržaj). Muški i ženski polni organi.	VII		<b>Колоквијум 1</b>
8.	Coxa, sacrum, vertebrae lumbales. Femur, pattela, tibia. Fibula, ossa pedis.	VIII	Теоријска предавања	
9.	Artt. membri inferioris. Donji ekstremitet – podela na regije. Regio glutealis, regio femoralis anterior et	IX		

	posterior.			
10.	Regio cruralis anterior et posterior; fossa poplitea, Planta pedis; Arterije, вене лимфатици и нерви доњег екстремитета.	X		
11.	Кости лица (viceroocranium). Кости лобање (neurocranium). Vratni pršljenovi	XI		
12.	Zglobovi glave i vrata Топографија врата (regio cervicalis anterior, lateralis et posterior). Мишићи, крвни и лимфни судови и живци врата.	XII		
13.	Топографија главе. Kranijalni živci. Organi glave (cavitas oris, cavitas nasi, larynx, pharynx). Чула (око и уво).	XIII		
14.	Централни нервни систем (medulla spinalis, medula oblongata, pons, cerebellum, mesencephalon, diencephalon).	XIV		
15.	Централни нервни систем (hemispherium, путеви – сензитивни, моторни и сензоријални – meningae, крвни судови мозга, liquor).	XV		Колоквијум 2
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Увод у анатомију; Општа остеологија; clavicula, scapula. Humerus, radius, ulna.	I		
2.	Ossa manus, општа артрологија, Artt. membri superioris. Општа миологија, fossa axillaries, regio scapularis.	II		
3.	Regio brachii anterior et posterior; regio antebrachialis anterior et posterior. Palma manus; arterije, vene i nervi gornjeg ekstremiteta.	III		
4.	Coxa, sacrum, vertebrae lumbales. Femur, pattela, tibia.	IV		
5.	Fibula, ossa pedis. Artt. membri inferioris.	V		
6.	Regio glutealis, regio femoralis anterior et posterior. Regio cruralis anterior et posterior; fossa poplittea.	VI	Вежбе	
7.	Planta pedis; arterije, вене лимфатици и нерви доњег екстремитета. Зидови грудног коша (кости зглобови и мишићи); подела грудне дупље.	VII		
8.	Trachea, pulmo dex. et sin., pleura. Срце (cor)	VIII		
9.	Зидови абдомена (мишићи, крвни судови лимфни судови и живци), Слабе тачке. Органи за варење.	IX		
10.	Панкреас, pancreas, splen. Органи за излучивање.	X		
11.	Кости лица (viceroocranium). Кости лобање (neurocranium).	XI		

12.	Топографија врата, мишићи, крвни и лимфни судови и живци врата. Cavitas oris, cavitas nasi, larynx, pharynx.	XII		
13.	Pelvis, organa genitalia masculina; organa genitalia feminina. Чула (око и уво).	XIII		
14.	Централни нервни систем (medulla spinalis, medula oblongata, pons, cerebellum, mesencephalon, diencephalon).	XIV		
15.	Централни нервни систем (hemispherium), путеви – сензитивни, моторни и сензоријални – moždanice (meningae), крвни судови мозга, moždinska tečnost (liquor).	XV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе:** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање наставе. **Први колоквијум:** Садржи прву половину градива (обухвата првих седам предавања). Полаже се писмено (тест) и пролазност је са 51%. **Други колоквијум:** Садржи другу половину градива (осам предавања). Полаже се писмено (тест) и пролазност је са 51%. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, свеукупна активност везана за практични део. **Теоријски испит:** Полаже се усмено у зависности који је од колоквијума положен. Ако нису, студент добија питања из свих наведених области. **Практични испит:** На анатомским моделима, фиксирају се одређени структуре (кости, мишићи, органи...). Укупно има 10 фиксација и пролазност је са 51 %. **Консултације:** Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Наталија Стефановић (2012). Анатомија човека за студенте спорта и физичког васпитања. Ниш: "МИКОПС".
2. Наталија Стефановић (2011). Збирка тестова из анатомија. Ниш: "МИКОПС".
3. Oatis, K. (2009). Kinesiology. Lippincott, Williams and Wilkins.
4. Cael, C. (2010). Functional anatomy, musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists. Woeters Kluwer – Lippincott Williams & Wilkins.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Присутност настави	10	Практични испит	10
Колоквијум 1	20	Теоријски испит	30
Колоквијум 2	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Владимир Антић, ванредни професор	<b>Вежбе:</b> др Владимир Антић, ванредни професор
---	---

**План извођења наставе на предмету: **Историја спорта****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Историја спорта</b>				
<b>Година и семеста:</b> I година II семестар (Фебруар/Мај)				
<b>Статус предмета:</b> Обавезни; <b>Број ЕСПБ:</b> 4				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 2+1				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Одслушана предавања, вежбе и обављене предиспитне обавезе.				
<b>Услови за илазак на завршни испит:</b> услови регулисани законом и актима Факултета, 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности, услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Да студенте кроз предавања, вежбе, и консултације упозна са најважнијим законитостима на којима је био базиран настанак и развој спорта, као и средства и методе који су се појавили у различитим периодима развоја људског рода. Упознавање студената са развојем појединих спортова и спортских дисциплина. Дакле, један од основних циљева наставе Историје спорта, јесте усвајање нових знања из Историје спорта код студената Факултета спорта и физичког васпитања.				
<b>Исход:</b> Стицање знања ради опште културе и професионалне едукације. Да студентима стечена знања из Историје спорта послуже за успешно савладавање осталих програмских испита на факултету, као и да им омогуће операционализују знања у пракси.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Уводно предавање – организација наставе, предиспине и испитне обавезе (стицање бодова). Настанак и развој спорта и спортских дисциплина.	I	Фронтални. Вербална, Аудио-визуелна	
2.	Форме физичког вежбања у функцији Агона.	II	Екс - катедра. Илустрације, Аудио-визуелна	
3.	Спорт у старом веку и тендиција развоја.	III		
4.	Античке Олимпијске игре.	IV	Екс - катедра. Илустрације	
5.	Почеци професионалног спорта.	V	Фронтални. Вербална, Аудио-визуелна	
6.	Спорт у средњем веку.	VI	Екс-катедра. Аудио-визуелна	
7.	Хуманисти.	VII	Фронтални. Вербална, Илустрације	
8.	Спорт у новом веку.	VIII	Екс - катедра. Аудио-визуелна	
9.	Соколски покрет.	IX	Фронтални. Вербална, Аудио-визуелна	
10.	Модерне Олимпијске игре.	X	Екс - катедра, Аудио-визуелна	



11.	Формирање спортских клубова.	XI	Фронтални. Вербална, Аудио-визуелна	
12.	Системи такмичења.	XII	Екс - катедра. Аудио-визуелна	
13.	Развој спорта и спортских дисциплина у Србији.	XIII	Фронтални. Вербална, Илустрације.	
14	Српски олимпизам.	XIV	Екс - катедра. Илустрације.	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Значај истраживања у ИС, Метод истраживања.	I	Екс - катедра.	
2.	Техника истраживања.	II		
3.	ИС појам, дефиниција и значај.	III		
4.	Облици и форме физичког вежбања у Праисторији.	IV	Фронтални и тандемски рад. Вербална, Аудио-визуелна.	
5.	Облици и форме физичког вежбања у Старом веку.	V		
6.	Васпитање, митови и легенде Грчке и Рима.	VI		
7.	Игре у Грчкој, Олимпијске игре.	VII		
8.	Облици и форме физичког вежбања у Средњем веку, Форме вежбања из доба Немањића.	VIII		
9.	<b>Колоквијумом (Стари и Средњи век)</b>	IX		<b>Колоквијум</b>
10.	Настанак и развој спорта у Новом веку и Савременом добу.	X	Фронтални и групи облик. Вербална и Аудио-визуелна.	
11.	Настанак и развој Соколског покрета у Чешкој и Србији.	XI		
12.	Развој спорта у Србији до 1918. године.	XII		
13.	Спорт у Србији између два рата, Спорт у Србији у од 1929. до 1945. године.	XIII		
14.	Спорт у Србији од 1945. године до данас.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Минимални услови за излазак на испит:** *посећеност наставе* (10) неопходно је да буде присутан на 50% наставе, број бодова се пропорционално увећава; *интерактивна настава* (5), која обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, активност у настави и друге активности на предмету (прилог за музеј и медијатеку Олимпизма); *консултације* (5), реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова), а распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета наставника; *теоријски колоквијум* (40), садржи једну половину пређеног градива програма предавања, ради се писмено и пролазност је са 60 % (12 тачних питања). *Теоријски испит* (0), полаже се усмено и обухвата задњу трећину градива (са положеним колоквијумима) или целокупно градиво (без положених). Студент добија два питања случајним избором.

**УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА**

1. Савић, З. (2016). *Историја физичке културе*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Савић, З. и Стојановић, Н. (2020). *Основе школског спорта*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
3. McComb, G.D. (2004). *Sports in World History*. New York: Routledge.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Посећеност наставе (Т+В)	10	Теоријски испит	40
Интерактивна настава	5		
Консултације	5		
Колоквијум 1+2 (тест)	40		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> др Звездан Савић, редовни професор др Никола Стојановић, ванредни професор	<b>Вежбе:</b> др Никола Стојановић, ванредни професор
--	--

**План извођења наставе на предмету: **Технологија спорта 1****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Технологија спорта 1</b>				
<b>Година и семеста:</b> I година II семестар (Фебруар/Мај)				
<b>Статус предмета:</b> Обавезни; <b>Број ЕСПБ:</b> 7				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 3+1				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Стицање знања о појмовима технологије у спорту, о развоја информационе технологије спорта, структури спортске опреме и реквизита, теоријских и практичних знања о технологијама и инструментима за мерења у тренажном процесу у спорту неопходних за савладавање садржаја стручних предмета, као и о спортским објектима и архитектури.				
<b>Исход:</b> Студенти ће бити оспособљени за разумевање теоријских и практичних знања о инжењерским технологијама у спорту и основама информационих процеса у спорту.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Програми за скаутинг (LongoMatch).	I	Теоријска настава	
2.	Програми за Техничко – тактичка припрему (SportCode, JesSoft playbook).	II		
3.	Програми за праћење спортске форме (Tracking).	III		
4.	Програми за видео анализу (Kinova, Dartfish).	IV		
5.	Технологија спортске опреме и реквизита: спортске лопте, палице и рекети, опрема за зимске спортове и планинарење.	V		
6.	Технологија спортске опреме и реквизита: обућа и одећа, заштитна опрема, водени и аеро наутички спортови, бициклизам.	VI		
7.		VII		<b>Колоквијум 1</b>
8.	Технологија спортске опреме и реквизита: спортске подлоге, спортска опрема за стрељаштво и стреличарство.	VIII	Теоријска настава	
9.	Технологија спортске опреме и реквизита: опрема за параолимпијске спортисте, опрема за фитнес и вежбање у теретани.	IX		
10.	Инструменти за мерења и тренинг у спорту: реактивна мерења у спорту (Chronojump,	X		

	FusionSport..).			
11.	Инструменти за мерења и тренинг у спорту: видео анализе кретања (SkillSpector, DartFish..).	XI		
12.	Спортски објекти: пројекти спортских дворана.	XII		
13.	Спортски објекти: сала, базен.	XIII		
14.		XIV		Колоквијум 2
15.	Увод у анализу извођења	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Програми за Техничко – тактичка припрему (SportCode, JesSoft playbook)	I	Практична настава	
2.	Програми за Техничко – тактичка припрему (SportCode, JesSoft playbook)	II		
3.	Програми за праћење спортске форме (Tracking).	III		
4.	Програми за видео анализу (Kinova, Dartfish).	IV		
5.	Технологија спортске опреме и реквизита: спортске лопте, палице и рекети, опрема за зимске спортове и планинарење.	V		
6.	Технологија спортске опреме и реквизита: обућа и одећа, заштитна опрема, водени и аеро наутички спортови, бициклизам.	VI		
7.		VII		Колоквијум 1
8.	Технологија спортске опреме и реквизита: спортске подлоге, спортска опрема за стрељаштво и стреличарство	VIII	Практична настава	
9.	Технологија спортске опреме и реквизита: опрема за параолимпијске спортисте, опрема за фитнес и вежбање у теретани.	IX		
10.	Инструменти за мерења и тренинг у спорту: видео анализе кретања (SkillSpector, DartFish..).	X		
11.	Инструменти за мерења и тренинг у спорту: видео анализе кретања (SkillSpector, DartFish..).	XI		
12.	Спортски објекти: пројекти спортских дворана.	XII		
13.	Спортски објекти: сала, базен.	XIII		
14.		XIV		Колоквијум 2
15.	Увод у анализу извођења	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Колоквијуми:** колоквијум се реализује путем пимено електронског теста са укупно 20 питања и могућношћу да се освоји максимално 20 поена. **Интерактивна настава:** подразумева три семинарска рада, на сваком се могу освојити максимално 10 поена. **Активност у настави:** подразумева проверу знања путем три писано електронског теста на

којима се могу освојити максимално 10 поена. **Завршни испит:** подразумева писано електронски тест из преосталог дела предвиђеног градива, са укупно 30 питања и могућношћу да се освоји максимално 30 поена.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Станковић, Р., Бубањ С. (2012). Технологија спорта. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Fuss, F., Subic, A., Strangwood, M., Mehta, R. (u štampi). Reutledge Handbook of sports technology and engeneering.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Завршни испит	30
Колоквијум	20		
Интерактивна настава	30		
Активности у настави	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

*др Ратко Станковић, редовни професор*

##### Вежбе:

*др Ратко Станковић, редовни професор*

**План извођења наставе на предмету: Терминологија физичког васпитања и спорта**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Терминологија физичког васпитања и спорта</b>				
Година и семеста: I година II семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услови</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> Овладавање основним принципима и проблематиком терминологије струке, формирање теоријских и практичних термилолошких компетенција, формирање комуникативних стручно-језичких компетенција, усавршавање навика практичног владања усменим и писаним стручним говором, проширивање основних знања о терминологији, развој способности за самостално теоријско и практично закључивање на основу анализирања стручних текстова, упознавање и примена рачунарске технологије за научна истраживања на пољу терминологије струке и сачињавање термилолошких речника и тезауруса.</p>				
<p><b>Исход:</b> Студент поседује знања о општим теоријским поставкама терминологије. Студент уме да примењује теоријске поставке у термилолошким теоријским и практичним научним истраживањима а такође и у пракси струке (физичког васпитања, спорта и рекреације), да исказује своје мисли, користећи адекватне термине, да води квалитетну комуникацију у професионалној сфери. Студент је владао умећем поређења, полазећи од сопствених разматрања практичног језичког материјала, системом термилолошких знања која укључују познавање основних лексичких, граматичких и творбених појава и законитости функционисања стручног језика струке.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводне напомене и основне информације о предмету и начину реализације наставног плана.	I	Теоријска предавања (групни, тандемски и индивидуални облик рада); Комбинована метода(аудио-визуелна);	
2.	Улога и значај терминологије.	II		
3.	Лексикографија, терминографија и терминологија.	III		
4.	Примена компјутерске технологије у терминологији.	IV		
5.	Појам терминологије физичког вежбања у српском језику.	V		
6.	Функција терминологије физичког вежбања.	VI		
7.	Класификација термина у физичкој култури.	VII		
8.	Структура термина физичког вежбања.	VIII		
9.	Термини у физичкој култури са граматичке гачке гледишта.	IX		
10.	Основне лексичке категорије – односи међу речима.	X		

11.	Стране речи (позајмљенице) у терминологији физичког вежбања.	XI		
12.	Дефиниције и проблем дефинисања појмова у физичкој култури. Дефиниције основних појмова у физичкој култури.	XII		
13.	Термини и дефиниције основних ставова, положаја, покрета и кретњи у физичкој култури.	XIII		
14.	Термини и дефиниције основних ставова, положаја, покрета и кретњи у физичкој култури.	XIV		
15.	Термини и дефиниције основних ставова, положаја, покрета и кретњи у физичкој култури.	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Уводне напомене.	I	Методe заснованe на посматрању (показивање), речима (монолошке, дијалoшке) и практичним активностима студената (рад у систему е-учења коришћењем различитих модула е-учења)	
2.	Упознавање са начином рада на часовима вежби.			
3.	Улога и значај терминологије. (радни задаци)	II		
4.	Улога и значај терминологије. (радни задаци)			
5.	Лексикографија, терминографија и терминологија. (радни задаци)	III		
6.	Лексикографија, терминографија и терминологија. (радни задаци)			
7.	Примена компјутерске технологије у терминологији. (радни задаци)	IV		
8.	Примена компјутерске технологије у терминологији. (радни задаци)			
9.	Појам терминологије физичког вежбања у српском језику. (радни задаци)	V		
10.	Појам терминологије физичког вежбања у српском језику. (радни задаци)			
11.	Функција терминологије физичког вежбања. (радни задаци)	VI		
12.	Функција терминологије физичког вежбања. (радни задаци)			
13.	Класификација термина у физичкој култури. (радни задаци)	VII		
14.	Класификација термина у физичкој култури. (радни задаци)			
15.	Структура термина физичког вежбања. (радни задаци)	VIII		
16.	Структура термина физичког вежбања. (радни задаци)			
17.	Термини у физичкој култури са граматичке тачке гледишта. (радни задаци)	IX		

18.	Термини у физичкој култури са граматичке тачке гледишта. (радни задаци)			
19.	Основне лексичке категорије – односи међу речима. (радни задаци)	X		
20.	Основне лексичке категорије – односи међу речима. (радни задаци)			
21.	Стране речи (позајмљенице) у терминологији физичког вежбања. (радни задаци)	XI		
22.	Стране речи (позајмљенице) у терминологији физичког вежбања. (радни задаци)			
23.	Дефиниције и проблем дефинисања појмова у физичкој култури.	XII		
	Дефиниције основних појмова у физичкој култури. (радни задаци)			
24.	Дефиниције и проблем дефинисања појмова.	XIII		
	Дефиниције основних појмова у физичкој култури. (радни задаци)			
25.	Термини и дефиниције основних ставова, положаја, покрета и кретњи у физичкој култури. (радни задаци)	XIII		
26.	Термини и дефиниције основних ставова, положаја, покрета и кретњи у физичкој култури. (радни задаци)			
27.	Термини и дефиниције основних ставова, положаја, покрета и кретњи у физичкој култури. (радни задаци)	XIV		
28.	Колоквијуми 1-2			
29.	Дорада радних задатака. Анкета о реализованој настави.	XV		
30.	Свођење евиденције о предиспитнимактивностима.			

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Теоријски колоквијуми:** Полажу се електронски на рачунарима (први и други део књиге). Колоквијум се сматра положеним уколико је на њему остварено 51% од максималног броја поена. Рачуна се последњи покушај. **Интерактивна настава:** Реализује се у оквиру електронског система и обухвата различите задатке који су у складу са наставним програмом предмета и могућностима самог система (тестови, лекције, форуми, речници...). Задаци се вреднују појединачно, а резултати се сабирају у оквиру одговарајућих категорија и прерачунавају према формулама које су уграђене у систем. **Активност у настави:** Подразумева ангажовање у оквиру теоријске и практичне наставе кроз учешће у дискусијама, одређене радне задатке којима се разрађују поједине наставне теме и наставни садржаји. **Завршни испит:** Реализује се кроз електронски тест који се ради на рачунарима и усмено одговарање. Услов за излазак на усмени део завршног испита је остварено 50% од максималног броја поена на е-тесту. **Консултације:** Реализују се у оквиру електронског система, али и лично уколико постоји потреба за тим. Не бодују се.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Ранђеловић, Н. (2015). Терминологија физичке физичког васпитања и спорта - стручни језик физичког вежбања.
2. Живановић, Н., Ранђеловић, Н., Павловић, П., Станковић, В. (2010). Теорија физичке културе. Прво издање. Ниш: Паноптикум.



**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Настава	10	Завршни испит	40
Колоквијуми	30		
Интерактивна настава	15		
Активност у настави	5		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ****Предавања:**

*др Небојша Ранђеловић, редовни професор*  
*др Данијела Живковић, доцент*

**Вежбе:**

*др Данијела Живковић, доцент*

**План извођења наставе на предмету: Методика игара у физичком васпитању**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <span style="color: red;">Методика игара у физичком васпитању</span>				
Година и семеста: I година II семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са теоријским, практичним и стручним информацијама које ће савременим методичким поступцима користити у педагошком раду са децом и ученицима.				
<b>Исход:</b> Теоријском и практичном наставом студенти су оспособљени да могу да примене стечена знања и реализују наставне садржаје игара у физичком васпитању.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Развој игре кроз историју.	I	Теоријска предавања	
2.	Дефиниција игре.	II		
3.	Место и улога игре у систему физичког васпитања.	III		
4.	Улога игара у васпитању деце предшколског узраста по фазама старости.	IV		
5.	Улога игара у васпитању деце школског узраста по фазама старости (млађи и старији школски узраст).	V		
6.	Улога игара у развоју личности – педагошка функција игара	VI		
7.	Улога игара у рекреативним активностима.	VII		
8.	Подела игара према различитим критеријумима.	VIII		
9.	Карактеристике елементарних игара према узрасту, уз примену различитих организацијских облика рада и различитих справа и средстава	IX		
10.	Елементарне и штафетне игре без и са помоћним справама и средствима			
11.	Елементарне игре с применом природних облика кретања	X		
12.	Значај игре у развоју моторичких и функционалних способности.	XI		
13.	<b>Провера претходног градива</b>	XII		<b>Колоквијум 1</b>
14.	Поступци у избору и реализацији покретних игара у физичком васпитању.	XIII	Теоријска предавања	

15.	Примена елементарних игара у физичком васпитању.	XIV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Упознавање студената са начином и организацијом реализације вежби на предмету.	I	Практичне вежбе	
2.	Посматрање и анализа практичне реализације различитих игара.	II		
3.	Групно реализовање игара.	III		
4.	Групно вођење часа.	IV		
5.	Избор игре, припрема наставника, припрема деце.	V		
6.	Садржај игре, упознавање са правилима игре.	VI		
7.	Ток игре, завршетак игре.	VII		
8.	Самостално реализовање игара.	VIII		
9.	Самостално реализовање игара.	IX		
10.	Самостално вођење часа усмерено на развијање дате моторичке способности.	X		
11.	Самостално вођење часа усмерено на развијање дате моторичке способности.	XI		
12.	<b>Провера претходног градива /израда писане - микро припреме/</b>	XII		<b>Колоквијум 2</b>
13.	Мерење физиолошког оптерећења деце током реализације игре.	XIII	Практичне вежбе	
14.	Графички приказ кривуље оптерећења.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености настави осваја бодове за похађање. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. **Семинарски рад:** Обрађује поједине теме из програма датих на теоретским предавањима а према интересовању студената. **Теоријски колоквијум: колоквијум 1.** - садржи прву трећину градива и полаже се писано а **колоквијум 2.** је теоријско практичног садржаја и састоји се од израде писане микроприпреме за један час применом игара усмерених на реализацију наставне теме развоја одређене моторичке способности. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, давање властите дефиниције игара или приказа оригиналне игре применљиве у настави. **Теоријски испит:** Полаже се усмено, сабирањем постигнућа на предиспитним обавезама и датим одговорима се формира завршна оцена на испиту.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Драгић, Б. и Пешић, Б. (2012). Физичко васпитање од петог до осмог разреда основне школе. Ниш: "М Копс центар".
2. Ивовић, С., Жарковић, Б. (1977). Игре за школе, спорт и рекреацију. Београд: "Спортска књига".
3. Немец, П. (1999). Елементарне игре и њихова примена. Београд: Издавачка задруга "ИДЕА".
4. Немец, П. и Немец, В., (2021). Дечије игре и спорт, Универзитет Сингидунум, Београд,.
5. Богосављевић, М. (1997). Покретне игре у дечјем вртићу. Нови Сад: "Тампограф".

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Настава	10	Усмени испит	40
Колоквијуми	30		
Интерактивна настава	10		
Семинарски рад	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Небојша Трајковић, доцент</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Небојша Трајковић, доцент</i>
--	--

**План извођења наставе на предмету: Допинг и антидопинг у спорту**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Допинг и антидопинг у спорту</b>				
Година и семеста: I година II семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са свим аспектима коришћења допинга у спорту, као и методама за спречавање и сузбијање допинга.				
<b>Исход:</b> Усвајањем знања о допинг средствима и методама, правним регулативама и етичким нормама везаним за коришћење допинга, студент је стекао основу за деловања у спречавању употребе допинга у професионалном и непрофесионалном спорту.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводно предавање. Историјат употребе допинга	I	Метод усменог излагања и видео презентација	
2.	Допинг супстанце	II		
3.	Методе допинга	III		
4.	Физиолошко-биохемијска основа коришћења допинга у спорту	IV		
5.	Проблем коришћења допинга у професионалном спорту	V		
6.	Проблем коришћења допинга у непрофесионалном спорту	VI		
7.	Светски антидопинг код	VII		
8.	Права и обавезе спортисте током допинг контроле	VIII		
9.	Узорковање у процесу допинг контроле	IX		
10.	Процедуре након допинг контроле	X		
11.	Правна регулатива у борби против коришћења допинга	XI		
12.	Улога Светске антидопинг агенције	XII		
13.	Улога националних антидопинг агенција	XIII		
14.	Етички стандарди у спорту као превентива у борби против допинга	XIV		

Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Процедура антидопинг контроле	I	Усмено излагање и практично вежбање	
2.	Поступци антидопинг контроле	II		
3.	Методологија антидопинг контроле	III		
4.	Обавезе спортисте током процедуре антидопинг контроле	IV		
5.	Обавезе тренера током процедуре антидопинг контроле.	V		
6.	Поступци пријављивања изузетака због терапијске употребе	VI		
7.	Поступци у случајевима припадности регистрованој контролној групи	VII		<b>Колоквијум1</b>
8.	Обавеза пријављивања локација тренинга	VIII	Усмено излагање, практичне вежбе, консултације	
9.	Обавеза пријављивања локација припрема	IX		
10.	Планирање тренинга, као ефективне алтернативе коришћењу допинга у спорту	X		
11.	Планирање суплементације као ефективне алтернативе коришћењу допинга у спорту	XI		
12.	Анти-допинг кроз етички приступ	XII		
13.		XIII		<b>Колоквијум2</b>
14.	Анти-допинг кроз педагошки приступ	XIV	Усмено излагање, консултације	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Теоријски колоквијуми:** Први колоквијум студент полаже писмено, одговарањем на питања из прве половине градива. Други колоквијум студент полаже писмено, одговарањем на питања из друге половине градива. **Интерактивна настава:** Подразумева ангажовање на обради изабране теме из групе предложених, везаних за план и програм предмета, писањем есеја или семинарског рада. **Активност у настави:** Подразумева ангажовање у оквиру теоријске и практичне наставе кроз учешће у дискусијама, одређене радне задатке којима се разрађују поједине наставне теме и наставни садржаји. **Завршни испит:** Студент полаже усмено.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

##### Уџбеник:

Радовановић, Д., Понорац, Н., уредници (2014). *Допинг и антидопинг*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.

##### Допунска литература:

World Anti-Doping Agency–WADA (2016). *The World Anti-Doping Code: Prohibited List International Standard and The Monitoring Program*. Montreal: WADA.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Завршни испит	40
Колоквијуми	30		
Интерактивна настава	10		
Активност у настави	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Александар Раковић, редовни професор

##### Вежбе:

др Александар Раковић, редовни професор

**План извођења наставе на предмету: Фитнес**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Фитнес</b>				
Година и семеста: I година II семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање елементарних знања о компонентама, средствима, популарним програмима и методама фитнеса.				
<b>Исход:</b> Оспособљеност за коришћење различитих програма развоја снаге, издржљивости и покретљивости, овладавање моторичким знањем извођења различитих фитнес вежби и других средстава фитнеса, као и оспособљеност за примену стечених знања у пракси физичког васпитања, спорта и рекреације.				
САДРЖАЈ ПРЕДМЕТА				
<b>Предавања:</b> Појам и значај фитнеса. Кардиореспираторни фитнес (компоненте, тренажне зоне, методе тренирања, значај). Мишићни фитнес (фактори, технологије тренирања, методе). Флексибилност. Телесна композиција. Утврђивање фитнес компоненти, способности. Примена фитнеса у физичком васпитању, спорту и рекреацији.				
<b>Вежбе:</b> Аеробне активности. Средства кореографије у такмичарском фитнесу (плесне вежбе, акробатске вежбе). Вежбе снаге (вежбе на справама, са справама и без справа, са оптерећењем и без оптерећења). Вежбе са тренажерима. Вежбе покретљивости. Стречинг. Пилатес.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Упознавање са садржајем предмета и организацијом теоријске и практичне наставе.	I	Усмено излагање	
2.	Појам и значај фитнеса. Питања, заблуде, дилеме и чињенице у вези са фитнесом.	II	Усмено излагање, а-в метода, интерактивна настава (ИН)	
3.	Улога мишићног система у фитнесу. Кардиореспираторни систем.	III	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
4.	Кардиореспираторновежбање (компоненте, тренажне срчане зоне, методе тренирања, значај).	IV	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
5.	Аеробне активности.	V	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
6.	<b>Тест:</b> питања из 1. и 2. дела уџбеника – Увод и Кардиореспираторни фитнес (10 питања).	VI	Провера знања	<b>Тест</b>
7.	Мишићна снага и издржљивост (фактори, технологије и принципи).	VII	Предавања	
8.	Тренинг са оптерећењем у рекреацији.	VIII	Усмено излагање, а-в метода, ИН	

9.	Флексибилност (фактори, типови и елементи).	IX	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
10.	Телесна композиција (улога вежбања у контроли телесне тежине). Утврђивање телесне композиције.	X	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
11.	Мерни инструменти за утврђивање фитнес компоненти, способности.	XI	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
12.	Такмичарски фитнес.	XII	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
13.	Исхрана и вежбање	XIII	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
14.	Мотивација и вежбање	XIV	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
15.	Фитнес у настави физичког васпитања	XV	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Аеробне активности (елементи).	I	Практична настава, комбиновани облик	
2.	Аеробне активности (мале целине и композиција).	II	Практична настава, комбиновани облик	
3.	Кореографија аеробног вежбања уз музику.	III	Практична настава, комбиновани облик	
4.	<b>Колоквијум: (кореографија)</b>	IV	Провера знања	<b>Колоквијум 1</b>
5.	Тренирање снаге (вежбе на справама).	V	Практична настава, комбиновани облик	
6.	Тренирање снаге (вежбе са реквизитима).	VI	Практична настава, комбиновани облик	
7.	Тренирање снаге (вежбе без оптерећења).	VII	Практична настава, комбиновани облик	
8.	Вежбе покретљивости (истезање).	VIII	Практична настава, комбиновани облик	
9.	Вежбе покретљивости (стречинг, јога, пилатес).	IX	Практична настава, комбиновани облик	
10.	Тренажери у фитнесу	XIV	Практична настава, комбиновани облик	
11.	Тренажери у фитнесу	XIV	Практична настава, комбиновани облик	
12.	Понављање (припрема за колоквијум).	XI	Практична настава, комбиновани облик	
13.	<b>Колоквијум: вежбе снаге</b>	XII	Провера знања	<b>Колоквијум 2</b>
14.	<b>Колоквијум: вежбе покретљивости</b>	XIII	Провера знања	<b>Колоквијум 3</b>
15.	Интерактивна настава - практично	XV	Провера знања	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Колоквијум теорија:** обухвата 13 питања из следећих области: Појам и значај фитнеса. Питања, заблуде, дилеме и чињенице у вези са фитнесом. Улога мишићног система у фитнесу. Кардиореспираторни систем. Кардиореспираторно вежбање (компоненте, тренажне срчане зоне, методе тренирања, значај, аеробне активности, форме часова групних аеробних вежби уз музику). Студент може да оствари максимално 10 поена, а обавезан је да оствари минимум од 5 поена.

**Колоквијум практично 1:** обухвата практичан појединачан и групни приказ задате кореографије плесног аеробика од 20 „осмица“ у структури. Студент мора да прикаже кореографију у целини, индивидуално на бројање и групно уз музику. Елементи вредновања су: ритам, темпо, простор, динамика и израз. За минимум поена је потребно да студент прикаже вежбу само уз бројање при чему мора да освоји 5 поена.

**Колоквијум практично 2:** обухвата појединачни приказ вежби за развој снаге. Студент је у обавези да коректно прикаже и објасни вежбе снаге (на справама, са и без



реквизита). За максимални број поена (студент мора да објасни име справе или реквизита који се користи, начин извођења и дисања или друге специфичности везане за конкретну вежбу. За минимум поена је потребно да студент коректно прикаже вежбе снаге, без објашњења при чему мора да освоји минимум од 5 поена. **Колоквијум практично 3:** обухвата појединачни приказ вежби за развој флексибилности. Студент је у обавези да коректно прикаже и објасни вежбе флексибилности за одређени мишић или мишићну групу. За максимални број поена студент мора да објасни начин извођења и друге специфичности везане за конкретну вежбу. За минимум поена је потребно да студент коректно прикаже вежбе флексибилности, без објашњења при чему мора да освоји минимум од 5 поена. **Интерактивна настава** обухвата: самосталну припрему дела наставног садржаја предвиђеног садржајем за предавања; кореографисање аеробног вежбања уз музику; студентску праксу у фитнес клубовима и спортско-рекреативним центрима; праксу у в-о установама; учешће у научно-истраживачком раду и др. при чему мора да освоји минимум од 5 поена. **Практични испит:** обухвата објашњење једне од понуђених вежби за развој снаге са реквизитима и на справама из уџбеника. **Усмени испит:** обухвата два питања из следећих области: Мишићни фитнес, Флексибилност и Телесна композиција. Потпуни одговор се вреднује са 15 поена.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Костић, Р. (2009). Базичне фитнес компоненте. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Делавијер, Ф. (2006). Анатомија снаге. Београд: "Дата статус".
3. Delavier, F., Gundill, M. (2009). The strength training anatomy workout II. Paris: Human Kinetics, Editions Vigot.
4. Howley, T.E. (2005). Health fitness instructors handbook. Champaign IL: Human Kinetics.
5. Hoffman, J. (2006). Norms for fitness, performance and health. Champaign IL: Human Kinetics.
6. Howley, T.E (2007). Fitness professionals handbook. Champaign IL: Human Kinetics.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	10
Колоквијум теорија	10	Усмени или писмени испит	30
Колоквијум практично 1, 2, 3	30		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### Похађање наставе:

Ако студент активно учествује на 50% часова одржане теоријске и практичне наставе добија 5 поена.

За категорисане спортисте Спортског савеза Србије минимални проценат активног учешћа на часовима износи 30%.

#### Консултације:

Два пута недељно у складу са распоредом часова.

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

*др Славољуб Узуновић, редовни професор*

*др Никола Милошевић, доцент*

##### Вежбе:

*др Славољуб Узуновић, редовни професор*

*др Никола Милошевић, доцент*

**План извођења наставе на предмету: **Замор и опоравак у спорту 1****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Замор и опоравак у спорту 1</b>				
<b>Година и семеста:</b> I година II семестар (Фебруар/Мај)				
<b>Статус предмета:</b> Изборни; <b>Број ЕСПБ:</b> 5				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са врстама, узроцима и начинима настанка замора, као и потенцијално ефикасним средствима и методама опоравка спортиста.				
<b>Исход:</b> Усвајањем знања о узроцима и начину настанка замора студент је стекао основу за планирање и програмирање средстава и метода опоравка у спорту.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Физиологија замора и теорије замора	I	Теоријска предавања	
2.	Стања слична замору (прекорачење, преоптерећење, хронични умор)	II		
3.	Спортски тренинг кроз теорију стреса	III		
4.	Синдром претренираности у спорту	IV		
5.	Патофизиологија претренираности	V		
6.	Циркадијални ритмови у организму и поремећаји услед путовања	VI		
7.	Периодизација и планирање опоравка	VII		
8.	Тренажна средства и методе опоравка	VIII		
9.	Психолошке методе као средство опоравка	IX		
10.	<b>Пређено градиво из 1., 2., 3., 4., 5., 6., 7., 8. и 9. наставних јединица</b>	X		<b>Колоквијум 1</b>
11.	Исхрана као средство опоравка	XI	Теоријска предавања	
12.	Хидрација као средство опоравка	XII		
13.	Опасности злоупотребе допинг супстанци и метода као средстава опоравка у спорту	XIII		
14.	Специфичности замора и опоравка у зависности од пола и узраста	XIV		
15.	Утицај спољашњих фактора на замор и опоравак у спорту	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Релације замора и способности	I	Практична предавања	
2.	Конструкција оптималног плана и програма тренинга за спорт/спортисту по избору	II		
3.	Примена растезања као средства опоравка	III		
4.	Аеробни тренинг у функцији опоравка	IV		
5.	Психолошке стратегије опоравка	V		

6.		VI		
7.	Психолошке методе опоравка	VII		
8.		VIII		
9.		IX		
10.	Физикалне процедуре као средство опоравка	X		
11.	Суплементација у циљу опоравка	XI		
12.		XII		
13.	Употреба лекова у циљу опоравка	XIII		
14.		XIV		
15.	<b>Пређено градиво из 6., 7., 8. и 9. наставних јединица</b>	XV		<b>Колоквијум 2</b>

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. **Интерактивна настава:** Обухвата евиденцију три тренинга слободно изабраног спортисте и праћење степена замора током истих (радна свеска). **Теоријски колоквијум:** Колоквијум студент полаже писмено, одговарањем на питања из прве половине градива (наставне јединице 1.-9.). **Семинарски рад:** Обрада изабране теме из групе предложених, везаних за план и програм предмета. **Теоријски испит:** Теоријски део се полаже усмено и обухвата половину градива (са положеним колоквијумом) или целокупно градиво (без положеног колоквијума).

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

**Уџбеник:**

Бојић, И., Митић, П., & Радовановић, Д. (2019). *Замор и оправак у спорту*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.

**Допунска литература:**

Hauswirth, C., & Mujika, I., editors. (2013). *Recovery for performance in sport*. Champaign (IL): Human Kinetics.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Теоријски испит (усмено или писмено)	40
Колоквијум 1+2 (теорија)	20		
Интерактивна настава	20		
Семинарски рад	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

**Предавања:**

др Дејан Мадић, редовни професор  
др Ивана Бојић, редовни професор

**Вежбе:**

др Дејан Мадић, редовни професор  
др Ивана Бојић, редовни професор

**План извођења наставе на предмету: Дечја атлетика**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Дечја атлетика</b>				
Година и семеста: I година II семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В):1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
Циљ: Упознавање студента са техником извођења и правилима атлетских дисциплина у програму дечје атлетике.				
Исход: Студент је оспособљен да влада теориско-моторичким знањима и вештинама везаним за дечју атлетику.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Историјски развој дечје атлетике.	I	Метод усменог излагања и видео бим презентација	
2.	Циљеви дечје атлетике.	II		
3.	Старосне групе.	III		
4.	Програм такмичења.	IV		
5.	Материјал и опрема.	V		
6.	Организација такмичења.	VI		
7.	Дисциплине дечје атлетике.	VII		
8.	<b>Колоквијум 1.</b>	VIII		
9.	Спринт-препоне.Спринт-штафета.	IX		
10.	Трка са препонама.	X		
11.	бацање копља,диска за тинејџере	XI		
12.	Скок удаљ са кратким залетом.	XII		
13.	Троскок са кратким залетом.	XIII		
14.	Бодовање такмичења.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Спринт/слалом.	I	Практична демонстрација и практично вежбање	
2.	Спринт препоне.	II		
3.	Штафета,спринт штафета.	III		
4.	Препоне у комбинацији са штафетом.	IV		
5.	Трка издржљивости.	V		
6.	Скок удаљ са кратким залетом.	VI		
7.	Троскок са кратким залетом.	VII		

8.	Скок у даљ са мотком.	VIII	Практична демонстрација и практично вежбање
9.	Унакрсно скакање.	IX	
10.	Прескакање конопца.	X	
11.	<b>Колоквијум 2.</b>	XI	
12.	Бацање копља за децу.Бацање у мету.	XII	
13.	Бацање диска за тинејџере.	XIII	
14.	Бацање на коленима.	XIV	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Консултације:** Реализују се два пута недељно.Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. **Семинарски рад:** Обрађује тематику из наставног плана и програма. **Теоријски колоквијум:** Садржи градиво везано за историјски развој и правила везана за дечју атлетику. **Интерактивна настава:** Обухвата активност студената на настави и праћење једног такмичења. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата градиво везано за технику извођења и методику обучавања дисциплина у програму дечје атлетике.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Станковић, Д., Раковић А. (2010). Атлетика. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања у Нишу.
2. Раковић, А., Станковић Д., Савановић, В. (2011). Практикум из атлетике. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања у Нишу.
3. ИААФ, (2006). Дечја атлетика.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	15
Колоквијум 1+2	30	Теоријски испит	25
Семинарски рад/Тест	10		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Александар Раковић, редовни професор  
др Даниел Станковић, редовни професор

##### Вежбе:

др Александар Раковић, редовни професор  
др Даниел Станковић, редовни професор

**План извођења наставе на предмету: Развојна гимнастика**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Развојна гимнастика</b>				
Година и семеста: I година II семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ и објекат ван ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање знања о теоријским и практичним вредностима развојне гимнастике.				
<b>Исход:</b> Студенти ће бити упознати са основним облицима гимнастике и вежбања на справама и тлу, као и могућностима њихове практичне примене у пракси код деце предшколског и раног школског узраста. Студенти ће кроз предавања, практичне вежбе, и консултације стећи основна знања и биће оспособљени да владају теоријским и практичним вештинама везаним за примену гимнастичких вежби и вежби на справама и тлу, а све то у циљу позитивног утицаја на антрополошки развој деце. Студенти ће такође бити оспособљени за самосталан рад и методику примене и тренажне активности гимнастике и вежбања на справама и тлу код деце прешколског и раног школског узраста, различитих способности.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Дефинисање основних појмова.	I	Метод усменог излагања и видео презентација	
2.	Утицај развојне гимнастике на антрополошки статус детета.	II		
3.	Модел моторичких спорских способности у вежбању на справама и тлу.	III		
4.	Сензитивне фазе	IV		
5.	Концепција деловања на развој моторичког понашања деце средствима и методама развојне гимнастике.	V		
6.	Средства за развој моторичког понашања деце.	VI		
7.		VII		
8.		VIII		
9.	IX			
10.	План и програм рада развојне гимнастике деце предшколског узраста.	X		
11.	План и програм рада деце развојне гимнастике млађег школског узраста.	XI		
12.	Праћење и вредновање психосоматског статуса деце у развојној гимнастици.	XII		
13.		XIII		
14.	Колоквијум теорија.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводни и припремни део часа у раду са децом	I	Усмено излагање и	

2.	Вежбање на греди као главни део часа.	II	практично вежбање	
3.	Акробатика на тлу као главни део часа.	III		
4.	Прескоци као главни део часа.	IV		
5.	Вежбање на великом елестичном столу као главни део часа.	V		
6.	Игре у гимнастичкој јами као главни део часа.	VI		
7.	Вежбање на вратилу као главни део часа.	VII		
8.	Вежбање на разбоју као главни део часа.	VIII		
9.	Провера стеченог практичног знања	IX		
10.	Вежбање на осталим справама и помоћним гимнастичких справама у оквиру главног дела часа.	X	Усмено излагање и практично вежбање	
11.	Приказ и обучавање вежби на партеру, коњу са хватаљкама, круговима за дечаке 1. до 4. разред ОШ.	XI		
12.	Приказ и обучавање вежби на партеру, греди, дв. разбоју и прескоку за девочице 1. до 4. разред ОШ.	XII		
13.	Приказ и обучавање вежби на прескоку, разбоју и вратилу за дечаке 1. до 4. разред ОШ.	XIII		
14.	Завршни део часа.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. **Колоквијум практично:** Садржи прву половину градива практичне наставе, а подразумева практичну реализацију методског поступка обучавања елемената на одабраној справи са приказом асистенцијом. Полаже се практично у паровима и пролазност је са 51%, односно са 8 освојених бодова. **Теоријски колоквијум:** Садржи прву трећину градива. Полаже се теоријски и пролазност је са 51%, односно са 10 освојених бодова. **Интерактивна настава:** Обухвата активно и пасивно учешће студената на часовима развојне гимнастике у гимнастичком клубу. У овом делу студент мора освојити минималних 2 поена. **Практични испит:** Полаже се практично у групи од пет студената, а подразумева израду концепта часа развојне гимнастике и његову реализацију у гимнастичком клубу. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата последње две трећине градива теорије. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Густав Бала (2002). Спортска школица. СИА, Нови Сад.
2. Величковић, С., Петковић, Е., Илић, С. (2008): Спортска гимнастика II- Методика. СИА, Ниш.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	30
Колоквијум (практично)	15	Теоријски испит	10
Колоквијум (теорија)	20		
Интерактивна настава	15		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Саша Величковић, редовни професор	<b>Вежбе:</b> др Милош Пауновић, доцент
---	--

**План извођења наставе на предмету: Антропомоторика**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Антропомоторика</b>				
Година и семеста: II година III семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 7				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+3				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> Упознавање студената са теоријским, практичним, научним и стручним сазнањима из области веома сложеног моторичког понашања човека повезаног са осталим димензијама његовог антрополошког бића. Стицање знања из антропомоторике неопходних за савладавање садржаја стручних предмета на вишим годинама студија.</p>				
<p><b>Исход:</b> Студенати разумеју елементарне покрете и кретања и развој основних моторичких способности применом вежби обликовања и специфичних вежби за развој основних моторичких способности. Студенти суоспособљени за практичну примену стечених знања у настави физичког васпитања, спортском тренингу и научно-истраживачком раду.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Улога моторике у процесу развоја и формирања човека. Процес хуманизације праисторијског друштва. Развој говора и покрет. Физичка вежба и плес.	I	Метод усменог излагања и видео презентација	
2.	Дефиниције основних појмова. Моторичко функционисање. Антропомоторика. Манифестни и латентни простор моторике. Антропомоторичке способности. Филогенетски развој антропомоторике.	II		
3.	Појам антропомоторике у онтогенези. Генетика у антропомоторици. Моторичко учење и моторичке навике.	III		
4.	Покрети и кретања. Структура покрета и кретања. Систематизовање и класификовање покрета и кретања.	IV		
5.	Базичне антропомоторичке способности. Снага.	V		
6.	Базичне антропомоторичке способности. Брзина.	VI		
7.	Базичне антропомоторичке способности. Издржљивост.	VII		
8.	Базичне антропомоторичке способности. Координација.	VIII	Метод усменог излагања и видео презентација	
9.	Базичне антропомоторичке способности. Прецизност.	IX		



10.	Базичне антропомоторичке способности.Равнотежа.	X		
11.	Базичне антропомоторичке способности.Гипкост.	XI		
12.	Нове теорије о антропомоторичким способностима. Опште антропомоторичке способности. Специфичне антропомоторичке способности.	XII		
13.	Антропомоторичке способности у спортским играма. Вежбе обликовања.Терминологија вежби обликовања.	XIII		<b>Колоквијум 2 - теорија</b>
14	Планирање и организација мерења моторичких способности.	XIV	Усмено излагање и видео презентација	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Сви облици елементарних кретања.	I	Усмено излагање и практично вежбање	
2.	Облици елементарних кретања: ходање и трчање.	II		
3.	Облици елементарних кретања: поскоци и скокови.	III		
4.	Облици елементарних кретања: пузања и гурања.	IV		
5.	Облици елементарних кретања: вучења и ношења.	V		
6.	Вежбе обликовања.	VI		
7.		VII		<b>Колоквијум 1 - практично</b>
8.	Вежбе обликовања. Вежбе за развој снаге.	VIII	Усмено излагање и практично вежбање	
9.	Вежбе обликовања. Вежбе за развој брзине.	IX		
10.	Вежбе обликовања. Вежбе за развој издржљивости.	X		
11.	Вежбе обликовања. Вежбе за развој координације.	XI		
12.	Вежбе обликовања. Вежбе за развој прецизности.	XII		
13.	Вежбе обликовања. Вежбе за развој равнотеже.	XIII		
14.	Вежбе обликовања. Вежбе за развој гипкости.	XIV	Усмено излагање и практично вежбање	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање.**Практични колоквијум:** Садржи тест издржљивости (место извођења: стадион), тест снаге и полигон.Студент је у обавези да положи сва три дела практичног колоквијума како би стекао право изласка на теоријски испит.**Теоријски колоквијум:**Садржи прву трећину градива (Улога моторике у процесу развоја и формирања човека, Дефиниције основних појмова, Филогенетски развој антропомоторике, Моторичко учење и моторичке навике, Покрети и кретања, Структура покрета и кретања, Систематизовање и класификовање покрета и кретања). Полаже се писмено и пролазност је са 51%.**Семинарски рад:** Обрађује ширу проблематику тема из плана и програма.**Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријску и практичну наставу, активност у настави. **Теоријски испит:**Полаже се усмено и обухвата цело градиво (за студенте који нису положили теоријски колоквијум), или део градива који није био обухваћен теоријским колоквијумом (за студенте који су положили теоријски колоквијум).

**Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Херодек, К. (2006). Општа антропомоторика. Ниш: СИА.
2. Herodek, K., Živković, M., & Aleksić Veljković, A. (2019). *Motorički razvoj*. Niš: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.
3. Latash, M. (2012). Fundamentals of motor control. USA, Elsevier.
4. Gollhofer, A. (2012). Routledge handbook of motor control and motor learning. USA, Routledge.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Теоријски испит	40
Колоквијуми	33		
Семинарски рад	5		
Интерактивна настава	12		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> <i>др Катарина Херодек, редовни професор</i> <i>др Младен Живковић, ванредни професор</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Младен Живковић, ванредни професор</i>
---	---

**План извођења наставе на предмету: Физиологија**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Физиологија</b>				
Година и семестар: II година III семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 7				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са функционалним и регулационим механизмима органа, система органа и људског организма у целини, посебно током и након физичке активности.				
<b>Исход:</b> Усвајањем знања о нормалном (физиолошком) функционисању људског организма студент је стекао основу за учења о могућим интервенцијама путем физичке активности у циљу унапређења и одржавања физичке припремљености и здравља.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводно предавање. Организација људског организма	I	Теоријска предавања	
2.	Физиологија нервног система	II		
3.	Физиологија скелетних мишића	III		
4.	Физиологија кардиоваскуларног система	IV		
5.	Физиологија крви и лимфе	V		
6.	Физиологија дисања	VI		
7.	Физиологија органа за варење	VII		
8.	<b>На колоквијуму се проверавају садржаји из претходних 7 недеља</b>	VIII		<b>Колоквијум 1</b>
9.	Метаболизам и терморегулација	IX	Теоријска предавања	
10.	Физиологија уринарног система	X		
11.	Физиологија жлезда са унутрашњим лучењем	XI		
12.	Физиологија чула	XII		
13.	Контрола моторних функција и динамички стеротип	XIII		
14.	Промене у организму током физичке активности	XIV		
15.	Физиолошке адаптације на спортски тренинг	XV		
	<b>На колоквијуму се проверавају садржаји из претходних 6 недеља</b>	XV		<b>Колоквијум 2</b>

Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Рефлексна делатност нервног система	I	Демонстрација. Групни рад.	
2.	Општи механизам контракције скелетних мишића	II	Мултимедијална демонстрација. Интерактивни рад.	
3.	Одређивање фреквенције срчаног рада и крвног притиска	III	Демонстрација. Групни рад.	
4.	Спирометрија	IV	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација.	
5.	Симулација функције уринарног система. Демонстрација функције система за очување ацидобазне равнотеже	V	Мултимедијална демонстрација. Интерактивни рад.	
6.	Индиректна калориметрија	VI	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација.	
7.	Планирање дневног програма исхране	VII	Групни рад.	<b>Семинарски рад</b>
8.	Неуромишићна адаптација на тренинг	VIII	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација.	
9.	Базични енергетски системи. Метаболичка адаптација на тренинг	IX		
10.	Адаптација кардиоваскуларног система.	X	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација. Групни рад.	
11.	Регулација дисања током физичке активности	XI	Демонстрација. Тестови, нормативи, интерпретација.	
12.	Кардиореспираторна издржљивост	XII		
13.	Специфичности физичке активности жена. Физичка активност у старијем добу	XIII	Мултимедијална демонстрација. Интерактивни рад.	
14.	Хормонска регулација физичке активности	XIV		<b>Семинарски рад</b>

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Теоријски колоквијуми:** Први колоквијум студент полаже писмено, одговарањем на питања из прве половине градива. Други колоквијум студент полаже писмено, одговарањем на питања из друге половине градива. **Интерактивна настава:** Подразумева ангажовање на обради изабране теме из групе предложених, везаних за план и програм предмета, писањем есеја или семинарског рада. **Активност у настави:** Подразумева ангажовање у оквиру теоријске и практичне наставе кроз учешће у дискусијама, одређене радне задатке којима се разрађују поједине наставне теме и наставни садржаји. **Завршни испит:** Студент полаже усмено..

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

##### Уџбеник:

1. Радовановић, Д. (2015). *Физиологија за студенте Факултета спорта и физичког васпитања, друго измењено и допуњено издање*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Радовановић, Д. (2012). *Практикум из физиологије за студенте Факултета спорта и физичког васпитања, друго допуњено издање*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.

**Допунска литература:**

1. Guyton, A.C., & Hall, J.E. (2008). *Medicinska fiziologija, 11. izdanje*. Beograd: Savremena administracija.
2. Baret, K. E., urednik. (2015). *Ganongov pregled medicinske fiziologije, prvo srpsko izdanje*. Kragujevac: Fakultet medicinskih nauka.
3. Wilmore, J.H., Costill, D.L., & Kenney, L.W. (2008). *Physiology of sport and exercise, 4th edition*. Champaign (IL): Human Kinetics.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Настава	10	Завршни испит	40
Колоквијум	30		
Интерактивна настава	10		
Активност у настави	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ****Предавања:***др Драган Радовановић, редовни професор***Вежбе:***др Драган Радовановић, редовни професор*

**План извођења наставе на предмету: Биомеханика**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Биомеханика</b>				
Година и семеста: II година III семестар (Окобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 6				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+3				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање знања из биомеханике неопходних за савладавање садржаја стручних предмета на вишим годинама студија.				
<b>Исход:</b> Оспособљеност студената за разумевање основа функционисања локомоторног апарата применом функционалне анатомије у области људских кретања.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводно предавање.	I	Теоријска предавања	
2.	Историја биомеханике.	II		
3.	Функционална анатомија руке.	III		
4.	Функционална анатомија ноге.	IV		
5.	Функционална анатомија кичменог стуба.	V		
6.	Увод у кинематику.	VI		
7.	Линеарна и угловна кинематика	VII		
8.	Увод у кинетику.	VIII		
9.	Њутнова механика.	IX		
10.	Спољашње и унутрашње силе.	X		
11.	Рад, снага и енергија.	XI		
12.	Сила трења.	XII		
13.	Момент инерције.	XIII		
14.	Енергија тела која се обрћу.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Одређивање тежишта људског тела.	I	Практична настава	
2.	Пропорције грађе људског тела у фронталној равни – конструкција.	II		
3.	Пропорције грађе људског тела у сагиталној равни – конструкција.	III		
4.	Групе ставова и положаја човека – задатак.	IV		
5.	Положај распона гимнастичара на круговима – задатак.	V		
6.	Гониометрија - упознавање са софтвером МАТ.	VI		
7.	Кинематика - упознавање са софтвером КА VIDEO.	VII		
8.		VIII		<b>Колоквијум 1</b>
9.	Упознавање са софтвером HUMAN.	IX	Практична настава	
10.	Динамометрија.	X		
11.	Дензитометрија са телесним саставом..	XI		

12.	Питања за дискусију и решавање задатака.	XII		
13.		XIII		<b>Колоквијум 2</b>
14.	Исправка колоквијума.	XIV		

### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

*Студент похађањем наставе може освојити до 10 поена. На првом колоквијуму, може освојити до 25 поена на основу теста од 25 питања из прве половине градива. И на другом колоквијуму студент може освојити такође до 25 поена на основу теста од 25 питања из друге половине градива. Семинарским радом, студент може освојити још 10 поена. На завршном испиту, студент може освојити до 30 поена на основу теста од 30 питања из целокупног градива Биомеханике. Детаљи се могу наћи на страници сајта: <https://sites.google.com/site/nisbiomehanika/plan-izvodjenja-nastave>*

### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Станковић, Р., Обрадовић, Б. и Шлајхауф, Р. (2008). Биомеханика. Ниш: Самостално издање аутора.
2. Бубањ, Р. (1998). Основи примењене биомеханике у спорту. Ниш: Самостално издање аутора.
3. Бубањ, Р. (1998). Основи примењене биомеханике у кинезиологији. Ниш: Самостално издање аутора.
4. Бубањ, С., Бубањ, Р., Станковић, Р. и Ђорђевић, М. (2010). Практикум из биомеханике/The workbook in biomechanics. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Нишу.
5. Станковић, Р. (2001). Практикум из биомеханике. Ниш: Самостално издање аутора.
6. Ackland, R.R. (2003). Applied anatomy and biomechanics in sport. Champaign IL: Human Kinetics.
7. Roger, B. (2007). Introduction to sports biomechanics. USA, Routledge.
8. Hall, J.S. (2007). Basic biomechanic. USA, Mc Graw Hill.

### Методe извођења наставе

Предавања се изводе комбинованом методом (ex catedra / case study). Теоријски наставни садржај спроводи се методом "ex catedra" уз подршку рачунарски презентација. Практични наставни садржај спроводи се "case study" методом, односно биомеханичком анализом карактеристичних случајева и примера који илуструју теоријски садржај уз примену одговарајуће апаратуре и рачунарских софтвера.

### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Похађање наставе	10	Завршни испит	30
Колоквијум 1	25		
Колоквијум 2	25		
Семинарски рад	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

#### Предавања:

*др Ратко Станковић, редовни преофесор*  
*др Саша Бубањ, редовни професор*

#### Вежбе:

*др Саша Бубањ, редовни професор*

**План извођења наставе на предмету: **Методика моторичког учења и контроле****

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Методика моторичког учења и контроле</b>				
Година и семестар: II година III семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 2+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета.				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> Упознавање студената са теоријским, практичним и стручним сазнањима из области сложеног моторичког понашања човека, посебно у сфери учења нових моторичких вештина. Стицање знања о учењу моторичких вештина, формирању одређених навика, стереотипа и аутоматизама и примени тих знања у свакодневном животу и спортским активностима.</p> <p><b>Исход:</b> Оспособљеност студената за практичну и методички правилну примену стечених знања, како у настави физичког васпитања и спортском тренингу, тако и у научно-истраживачком раду.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводно предавање – организација наставе, предиспитне и испитне обавезе (стицање бодова). Дефинисање појмова у моторичком понашању човека.	I	Фронтални облик рада; Метод усменог излагања са визуелним садржајима	Семинарски рад; Колоквијум
2.	Еволуција моторичког развоја. Различите теорије о моторичком понашању.	II		
3.	Класификација моторичких вештина. Разлика између вештина и способности. Класификација спортова.	III		
4.	Телесна активност и детерминанте моторичких способности. Фазе моторичког учења.	IV		
5.	Улога игре у моторичком учењу. Развој моторике код деце. Локомоторни апарат.	V		
6.	Елементарна кретања. Ходање. Трчање. Скакање. Хватање. Бацање. Шутирање. Котрљање. Провлачење.	VI		
7.	Централни и периферни нервни систем. Улога ЦНС-а у моторичкој активности.	VII		
8.	Колоквијум	VIII		
9.	Методе формирања моторичких навика. Начела и принципи моторичког учења и вежбања.	IX		
10.	Врсте упутства и повратне информације. Услови за увежбавање моторичких знања.	X		
11.	Постављање циљева. Демонстрација. Вербалне инструкције. Усмеравање пажње.	XI		
12.	Координација и контрола покрета. Теорија динамичке интеракције. Сиситем	XII		



	памћења и заборављања.			
13.	Методe учења моторичких вештина (Аналитичка, синтетичка, комплексна и ситуациона).	XIII		
14.	Обим вежбања. Варијабилно вежбање. Менталне вежбе и замишљање.	XIV		
15.	Моторичко учење и спорт. Максимално спортско извођење. Откривање и исправљање грешака.	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Мерење моторичког извођења. Време реакције. Грешке у извођењу.	I	Фронтални облик рада, Практична настава	Интерактивна настава
2.	Координација. Контролисање координисаних покрета.	II		
3.	Проприоцепција и видно поље.	III		
4.	Прецизност. Фитсов закон.	IV		
5.	Припрема моторичке контроле и пажња.	V		
6.	Учење моторичких вештина. Разликовање извођења од учења.	VI		
7.	Елементарна кретања. Ходање. Трчање. Скакање. Хватање. Бацање. Шутирање. Котрљање. Провлачење.	VII		
8.	Игре за моторичко учење.	VIII		
9.		IX		
10.	Трансфер учења. Врсте трансфера.	X		
11.	Услови вежбања. Разноврсност вежбања.	XI		
12.	Ментални тренинг. Принципи и примена.	XII		
13.	Тестирање моторичких способности (прецизност, равнотежа, координација и брзина алтернативних покрета).	XIII		
14.	Врсте упутства и повратне информације.	XIV		
15.	Моторичка контрола у свакодневним радњама.	XV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Семинарски рад:** Обрађује ширу тематику предвиђених наставних тема из плана и програма.  
**Теоријски колоквијум:** Садржи један део пређеног градива програма предавања. Ради се писмено.  
**Интерактивна настава:** Обухвата активност у настави. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата део градива (са положеним колоквијумом) или целокупно градиво (без положеног).  
**Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

- Хајбах, П., Рид, Г. Колијер, Д. (2011). Моторичко учење и развој. Канада: Human Kinetics.
- Мегил, Р. (1998). Моторичко учење и контрола: концепти и примена. Dubuque: Brown.
- Ли, Т. (2011). Моторичка контрола у свакодневним радњама. Канада: Human Kinetics.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Посећеност наставе (Т+В)	10	Усмени испит	40
Семинарски рад	15		
Интерактивна настава	15		
Колоквијум	20		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Александра Алексић- Вељковић, ванредни професор</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Александра Алексић- Вељковић, ванредни професор</i>
--	--

**План извођења наставе на предмету: Локомоторни апарат у спорту**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Локомоторни апарат у спорту</b>				
Година и семеста: II година III семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Циљ предмета је детаљније упознавање анатомске структуре локомоторног апарата, посебно са функционалног аспекта и у појединим спортским активностима.				
<b>Исход:</b> Познавање анатомских структура локомоторног апарата, који представља основу свих физичких и спортских активности, што би била боља теоретска и практична основа за даље разумевање и учење стучних предмета. Оспособљеност за практични ради који им предстоји, било да њихове активности буду усмерене ка педагошком раду или раду у клубовима спортских организација.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Дефиниција, функција и подела коштаног система. Облик костију, подела по облику, спољашњи изглед.	I		
2.	Грађа костију, крвни судови и живци, покосница и коштана срж. Механичке особине и архитектура костију.	II		
3.	Развој коштаног ткива. Утврђивање пола и старости скелета.	III		
4.	Коштани систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег екстремитета, карлице, доњег екстремитета.	IV		
5.	Дефиниција зглобова. Главни и споредни делови зглобова. Подела и функција зглобова.	V		
6.	Зглобни систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег и доњег екстремитета, карлице.	VI		
7.	Дефиниција мишића и њихове основне карактеристике. Грађа мишића и подела према грађи. Основни делови мишића. Мишићна функција; како настаје.	VII		
8.	Подела према изгледу, припојима и	VIII		

	функцији. Мишићни систем главе и врата, кичменог стуба, грудног коша, горњег и доњег екстремитета, карлице.			
9.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата човека. Неуролошка основа покрета.	IX		
10.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у гимнастици.	X		
11.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код колективних спортова са лоптом	XI		
12.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код појединих дисциплина у пливању	XII		
13.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у атлетици (трчање, скокови, бацање).	XIII		
14.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) у плесу.	XIV		
15.	Функционалне карактеристике локомоторног апарата (кости, зглобови, мишићних група и великих мишића) код дизања терета, код спортова које изаберу студенти.	XV		

Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.		I	Методе засноване на посматрању (показивање), речима (монолошке, дијалошке) и практичним активностима студената (рад у систему е-учења коришћењем различитих модула е-учења)	
2.		II		
3.		III		
4.		IV		
5.		V		
6.		VI		
7.		VII		
8.		VIII		
9.		IX		
10.		X		
11.		XI		
12.		XII		
13.		XIII		
14.		XIV		
15.		XV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање наставе. **Теоријски колоквијуми:** Провера знања из целокупне материје. Полаже се писмено (тест 1 и тест 2) и пролазност је са 51%. **Интерактивна настава:** Интерактивна настава. Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, свеукупна активност везана за практични део, семинарски рад. **Активност у настави:** Подразумева ангажовање у оквиру теоријске и практичне наставе кроз учешће у дискусијама, одређене радне задатке којима се разрађују поједине наставне теме и наставни садржаји. **Завршни испит:** Полаже се усмено и обухвата све методске јединице.

Предиспитне обавезе морају бити минимум **30 поена** да би се стекао услов за излазак на полагање завршног испита.

#### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Antić, V., & Antić, M. (2017). Lokomotorni aparat u sportu. Niš: Galaksijanis.
2. Stefanović, N. (2012). Anatomija čoveka za studente Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja. Niš: "M KOPS CENTAR", (pojedina poglavlja).

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Завршни испит	40
Колоквијум	20		
Интерактивна настава	20		
Активности у настави	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

**Предавања:**

*др Владимир Антић, ванредни професор*

**Вежбе:**

*др Владимир Антић, ванредни професор*

**План извођења наставе на предмету: Друштвени плес**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Друштвени плес</b>				
Година и семеста: II година III семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање основних знања о најпопуларнијим друштвеним плесовима кроз практично извођење плесних техника.				
<b>Исход:</b> Студенти су овладали моторичким знањима и вештинама извођења основних корака друштвених плесова потребних за примену стечених знања у пракси физичког васпитања, спорта и рекреације.				
<b>Садржај предмета:</b> <i>Предавања:</i> Историја и карактеристике друштвеног плеса. Савремени (модерни) друштвени (спортски) плес (појам и врсте). Методе за учење и усавршавање плесне технике. Ритам, темпо, простор и динамика (појмови и методика). Техника, ритам и методика основних корака и фигура друштвених плесова: Енглески валцер, Фокстрот, Аргентински танго, Баћата, Салса, Рок-ен-рол. Плесно-музичке игре. <i>Вежбе:</i> Једноставни и сложени елементи технике друштвеног плеса (кораци, поскоци, скокови, окрети). Методика, техника и ритам основних корака друштвених плесова: Енглески валцер, Фокстрот, Аргентински танго, Баћата, Салса, Рок-ен-рол. Плесно-музичке игре (уз примену основних корака друштвеног плеса изводи различите такмичарске плесне игре применљиве у настави физичког васпитања, спорта и рекреације).				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Упознавање са садржајем предмета и организацијом теоријске и практичне наставе.	I	Усмено излагање	
2.	Историја друштвеног плеса (Стандардни плес 17., 18. и 19. века, Латино-амерички плес 20. века, Северно-амерички плес 20. века).	II	Усмено излагање, а-в метода, интерактивна настава (ИН)	
3.	Савремени (модерни) друштвени плес (појам и врсте). Став и држање у плесу.	III	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
4.	Методе и облици. Методско упутство учења плесне технике и перцепције простора.	IV	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
5.	Методско упутство учења ритма, темпа и динамике.	V	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
6.	Тест: 10 питања (од 9. до 42. странице уџбеника).	VI	Провера знања	Тест
7.	Техника, ритам и методика основних корака и фигура Енглеског валцера.	VII	Усмено излагање, а-в метода, ИН	

8.	Техника, ритам и методика основних корака и фигура Фокстрота.	VIII	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
9.	Техника, ритам и методика основних корака и фигура Аргентинског танга.	IX	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
10.	Техника, ритам и методика основних корака и фигура Баћате.	X	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
11.	Техника, ритам и методика основних корака и фигура Салсе.	XI	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
12.	Техника, ритам и методика основних корака и фигура Рок-ен-рола.	XII	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
13.	Плесно музичке игре.	XIII	Усмено излагање, а-в метода, ИН	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Основни елементи плесних техника.	I	Практична настава, комбиновани облик	
2.	Плесна техника Енглеског валцера.	II	Практична настава, комбиновани облик	
3.	Плесна техника Фокстрота.	III	Практична настава, комбиновани облик	
4.	Плесна техника Аргентинског танга.	IV	Практична настава, комбиновани облик	
5.	Увежбавање плесних техника Енглеског валцера, Фокстрота и Аргентинског танга.	V	Практична настава, комбиновани облик	
6.	Колоквијум 1	VI	Провера знања	<b>Колоквијум 1</b>
7.	Плесна техника Баћате.	VII	Практична настава, комбиновани облик	
8.	Плесна техника Салсе.	VIII	Практична настава, комбиновани облик	
9.	Плесна техника Рок-ен-рола.	IX	Практична настава, комбиновани облик	
10.	Увежбавање плесне технике Баћате, Салсе и Рок-ен-рола.	X	Практична настава, комбиновани облик	
11.	Плесна импровизација	XI	Практична настава, комбиновани облик	
12.	Колоквијум 2	XII	Провера знања	<b>Колоквијум 2</b>
13.	Плесно-музичке игре.	XIII	Практична настава, комбиновани облик	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

На предиспитним обавезама студент је обавезан да оствари минимум од 30 поена.

**Колоквијум теорија:** обухвата питања 10 питања из поглавља 1 и 2 уџбеника „Друштвени плес“. Обавезан је минимум од 5 поена. **Колоквијум практично 1:** обухвата демонстрацију технике Енглеског валцера и Фокстрота. Сваки коректно приказан плес у пару вреди пет поена.

**Колоквијум практично 2:** обухвата демонстрацију технике Баћате и Салсе. Сваки коректно приказан плес у пару вреди пет поена. За приказ технике појединачно на бројање студент може освојити минимум од једног поена. Обавезан је минимум од 8 (2x4) поена за оба колоквијума.

**Интерактивна настава** обухвата: студентску праксу у плесним клубовима и плесну импровизацију. Плесна импровизација се састоји од приказа кореографија различитих врста друштвеног плеса укључујући и модерни спортски плес у паровима или малим групама. Студент бира један облик интерактивне наставе. Обавезан минимум је 12 поена. **Практични испит** обухвата демонстрацију технике Аргентинског танга и Рок-ен-рола.

**Напомена:** Елементи вредновања за максималан број поена су: ритам, темпо, простор, динамика и израз.

**Усмени испит:** Техника и методика друштвених плесова: Енглески валцер, Фокстрот, Аргентински танго, Баћата, Салса, Рок-ен-рол. Студент одговара на два питања случајним избором. Сваки потпуно тачан одговор се вреднује са 15 поена. **Консултације:** два пута недељно у складу са распоредом часова. Консултације се не оцењују.

#### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Костић, Р., Узуновић, С. (2009). Друштвени плес. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Костић, Р., Узуновић, С. (2013). Плес. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
3. Wright, J. (2013). Social Dance-3<sup>rd</sup> Edition. Human Kinetics.
4. <http://www.ballroomdancers.com>.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Усмени или писмени испит	30
Колоквијум (теорија)	10	Практични испит	10
Колоквијум (практично)	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

Ако студент активно учествује на 50 процената часова одржане теоријске и практичне наставе добија 5 поена. За категорисане спортисте Спортског савеза Србије минимални проценат активног учешћа поена износи 30%.

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

**Предавања:**

*др Славољуб Узуновић, редовни професор*

**Вежбе:**

*др Славољуб Узуновић, редовни професор*



**План извођења наставе на предмету: **Спортови снаге****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Спортови снаге</b>				
<b>Година и семеста:</b> II година III семестар (Октобар/Јануар)				
<b>Статус предмета:</b> Изборни; <b>Број ЕСПБ:</b> 5				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Усвајање основних знања о средствима и методама тренинга развоја снаге, плановима и програмима из области спортова снаге.				
<b>Исход:</b> Сваки студент је оспособљен да самостално планира и програмира тренажни процес у области спортова снаге, да реализује планове и програме у области спортова снаге. Студенти су оспособљени да примењује средства, методе и оптерећења за развој различитих видова снаге у физичком васпитању, спорту и рекреацији, уважавајући узраст и пол, као и у свим осталим активностима у којима је ова моторичка способност релевантна за успех.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Дефиниција основних појмова.	I	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
2.	Методичке осново развоја снаге.	II	Фронтални, Вербална, Илустрације, Аудио-визуелна	
3.	Тренажна опрема у тренингу снаге.	III	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
4.	Сигурносни услови за спровођење тренинга снаге.	IV	Фронтални, Вербална, Илустрације	
5.	Бодибилдинг - принципи тренирања.	V	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
6.	Бодибилдинг за почетнике.	VI	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
7.	Бодибилдинг системи тренирања за напредне и такмичарски боди билдинг.	VII	Фронтални, Вербална, Илустрације	
8.	Поверлифтинг – дисциплине и начин такмичења.	VIII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
9.	Тренинг у Поверлифтингу.	IX	Индивидуални, Вербална	<b>Колоквијум 1</b>
10.	Дизање тегова – настанак и развој дисциплина.	X	Фронтални, Вербална, Илустрације	
11.	Техника и методика обучавања дисциплина у дизању тегова.	XI	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
12.	Тренинг дизача тегова.	XII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	

13.	Тренинг снаге у индивидуалним спортовима.	XIII	Фронтални , Вербална, Илустације	
14	Тренинг снаге у колективним спортовима.	XIV	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Практичне основе тренирања.	I	Фронтални, Комбионовани облик	
2.	Вежбе са и без оптерећења за развој снаге, снаге са хипертофијом и издржљивости у снази мишића руку.	II	Фронтални, Комбионовани облик	
3.	Вежбе са и без оптерећења за развој снаге, снаге са хипертофијом и издржљивости у снази мишића раменог појаса.	III	Фронтални, Комбионовани облик	
4.	Вежбе са и без оптерећења за развој снаге, снаге са хипертофијом и издржљивости у снази мишића груди.	IV	Фронтални, Комбионовани облик	
5.	Вежбе са и без оптерећења за развој снаге, снаге са хипертофијом и издржљивости у снази мишића леђа.	V	Групни, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
6.	Вежбе са и без оптерећења за развој снаге, снаге са хипертофијом и издржљивости у снази мишића трбуха.	VI	Групни, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
7.	Вежбе са и без оптерећења за развој снаге, снаге са хипертофијом и издржљивости у снази мишића ногу.	VII	Групни, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
8.	Техника и методика обучавања дисциплина у поверлифитнгу.	VIII	Рад у паровима, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
9.	Техника и методика обучавања дисциплина у поверлифитнгу.	IX	Рад у паровима, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
10.	Техника и методика обучавања дисциплина у дизању тегова.	X	Рад у паровима, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
11.	Техника и методика обучавања дисциплина у дизању тегова.	XI	Групни, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
12.	Техника и методика обучавања дисциплина у дизању тегова.	XII	Групни, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	
13.	Провера усвојености практичног програма	XIII	Групни, Усмено излагање, Демонстрација, Практични рад	<b>Колоквијум 2</b>
14.	Провера усвојености практичног програма	XIV	Индивидуални, Практични рад	<b>Колоквијум 2</b>

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. **Колоквијум практично:** Садржи практично градиво из области развоја различитих аспеката снаге одређених регија тела. Полаже се практично и пролазност је са 51%, односно

минималних 10 поена. **Теоријски колоквијум:** Садржи градиво из области бодибилдинга. Полаже се теоријски-усмено и пролазност је са 51%, односно минималних 10 поена. **Интерактивна настава:** Обухвата израду и реализацију микроциклуса у бодибилдингу и није обавезна за реализацију. **Практични испит:** Обухвата практично градиво из области дизања тегова и поверлифтинга. Полаже се практично. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата градиво из области основних појмова везаних за моторичку способност – снагу, методе развоја снаге, дизање тегова, поверлифтинга. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Delavier, F., Gundill, M. (2009). The strenght training anatomy workout II, Paris: Human Kinetic, Edition Vigot
2. Radovanović, D., Ignjatović, A. (2009). Fiziološke osnove treninga sile i snage. Niš: Sven
3. Verhošanski, J.V., Šestakov, P.S. i Nićin, Đ.A. (1992). Specifična snaga u sportu. Novi Sad: Prometej.
4. Zatsiorsky, M.V., Kraemer, L.W. (2006). Science and practice of strenght. Champaign IL: Human Kinetics
5. Delavier, F., Gundill, M. (2009) The strenght training anatomy workout II, Paris: Human Kinetic, Edition Vigot

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	10
Колоквијум практично	20	Теоретски, усмени испит	30
Колоквијум теорија	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

*др Стеван Стаменковић, доцент*  
*др Никола Милошевић, доцент*

##### Вежбе:

*др Стеван Стаменковић, доцент*  
*др Никола Милошевић, доцент*

**План извођења наставе на предмету: **Мини рукомет****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>					
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт					
<b>Назив предмета:</b> <b>Мини рукомет</b>					
<b>Година и семеста:</b> II година III семестар (Октобар/Јануар)					
<b>Статус предмета:</b> Изборни; <b>Број ЕСПБ:</b> 5					
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ					
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2					
<b>Школска година:</b> 2023/2024					
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета					
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>					
<b>Циљ:</b> Оспособљавање студената да разумеју и усвоје знања из програмског садржаја мини рукомета.					
<b>Исход:</b> Савладавањем програмског садржаја студенти ће бити оспособљени за коришћење теоријских и практичних знања из мини рукомета.					
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>					
<b>Р.б</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>	
1.	Историјски развој мини рукомета.	I	Теоријска предавања		
2.	Теоријске основе мини рукометашког тренирања.	II			
3.	Теоријске основе мини рукометашког такмичења.	III			
4.	Карактеристике мини рукомета у свету (ИHF, ЕHF) и Србији (РСС).	IV			
5.	Примена научног метода у мини рукомету; Појмови и дефиниције.	V			
6.	Специјалност и специфичност технике и тактике у мини рукомету.	VI			
7.	<b>Провера наставних садржаја из претходних 6 недеља.</b>	VII			<b>Колоквијум 1</b>
8.	Индивидуална, групна и екипна (колективна) тактика мини рукомета.	VIII			
9.	Карактеристике система игре у нападу у мини рукомету.	IX			
10.	Карактеристике система игре у одбрани у мини рукомету.	X			
11.	Савремене методе за анализу и процену техничко-тактичких елемената у мини рукомету.	XI			
12.	Специјалност и специфичност мини рукометашког дидактичко-методичког процеса (средства, методе, принципи, организација, контрола).	XII			
13.	Карактеристике тренирања мини рукометаша с обзиром на узрасне карактеристике и полне разлике.	XIII			
14.	Карактеристике образовања спортског тренера.	XIV			
<b>Р.б</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>	
1.	Карактеристике мини рукометне игре.	I	Практична		

2.	Методика обучавања елемената технике мини рукометне игре.	II	предавања, вежбе.	
3.	Кретања без лопте у мини рукомету.	III		
4.	Кретања са лоптом у мини рукомету.	IV		
5.	Основни став у мини рукомету.	V		
6.	Примање лопте.	VI		
7.	Бацање лопте. Финтирање.	VII		
8.	Техника голмана.	VIII		
9.	Тактика мини рукометне игре.	IX		
10.	<b>Провера наставних садржаја из претходних 9 недеља.</b>	X		
11.	Тактика игре у нападу.	XI	Практична предавања, вежбе.	
12.	Тактика игре у одбрани.	XII		
13.	Тренирање у мини рукомету.	XIII		
14.	Рад у мини рукометним школама.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. **Тест правила рукометне игре обухвата следеће:** провера знања у виду писаног теста који садржи 15 питања (пролазност је са 4 освојених поена). **Теоријски колоквијум 1:** провера знања из претходних десет недеља полагањем у виду писаног теста који садржи 15 питања (пролазност је са 8 тачних одговора). **Практични колоквијум 2:** провера практичног знања из следећих техничких елемената: приказ дијагоналног и паралелног става; Вођење лопте; Хватање и додавање; Бацање контранапада; Шутирање на гол са спољних позиција (елементарни шутеви)(пролазност је са 12 освојених поена). **Интерактивна настава обухвата:** Вођење записника на мини-рукометној утакмици; Писана припрема за час мини-рукомета; Припрема презентације теоријске теме у електронском облику и излагање исте. **Практични испит:** провера практичног знања у рада са полазницима мини-рукометне школе. Практични приказ часа мини-рукомета на такмичењу. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата питања дата за теоријски испит, ако је положен 1. колоквијум. Ако није, студент добија 3 питања из сета питања за колоквијум и теоријски испит.

**НАПОМЕНА:** Да би студент приступио завршном испиту, неходно је да положи колоквијум 2.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Марковић, С. (2008). Мини рукомет. Ниш: СИА.
2. Марковић, С., Пивач, Н. (2006). Рукомет - техника и методика. Ниш: СИА.
3. Марковић, С. (1996). Рукомет – техника–практикум. Приштина: СИА.
4. Clanton, R. (1997). Team handball: steps to success. Champaign IL: Human Kinetics.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	15
Колоквијум 1 +2	40	Усмени испит	15
Интерактивна настава	8		
Тест из правила мини рукомета	12		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Љубомир Павловић, ванредни професор	<b>Вежбе:</b> др Љубомир Павловић, ванредни професор
---	---

**План извођења наставе на предмету: Стрељаштво**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Стрељаштво</b>				
Година и семеста: II година III семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b> Условиза слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> Упознавање са настанком и развојем стрељаштва. Овладавање безбедношћу руковања оружјем. Упознавање са законском регулативом. Упознавање са врстама оружја, муниције и опреме у стрељаштву. Обучавање методиком, техничком, тактичком и физичком припремом у спортском стрељаштву. Упознавање са планирањем тренинга, селекцијом такмичара, организацијом такмичења и правилима у спортском стрељаштву.</p>				
<p><b>Исход:</b> Поседовање знања о настанку и развоју стрељаштва. Познавање безбедности руковања оружјем и законском регулативом. Поседовање знања о врстама оружја, муниције и опреме у стрељаштву. Поседовање знања о методици обучавања, техничком, тактичком и физичком припремом у спортском и примењеном стрељаштву. Оспособљеност за употребу спортског и ватреног оружија, планирање тренинга, селекцију такмичара, организацију такмичења и правилима у спортском и примењеном стрељаштву.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Настанак и развој стрељаштва код нас и у свету.	I	Теоријска настава, Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
2.	Стрељачка опрема.	II		
3.	Основе безбедности руковања са оружјем и законска регулатива.	III		
4.	Правила, аспекти држања ношења и употреба ватреног оружија.	IV		
5.	Врсте оружја, муниције и опреме у стрељаштву.	V		
6.	Основе балистике и технике гађања.	VI		
7.	Дисциплине по међународном и националном програму. Основе правила суђења у спортском стрељаштву.	VII		
8.	Интерактивна настава.	VIII		
9.	Методика обучавања стрелаца у спортском стрељаштву и врсте оружија.	IX		
10.	Техника и тактика гађања.	X		

11.	Планирање тренинга у спортском стрелаштву, ставови за гађање.	XI	Теоријска настава, Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна		
12.	Физичка припрема стрелаца у спортском стрелаштву.	XII			
13.	Селекција такмичара и планирање тренинга у спортском стрелаштву.	XIII			
14.	Организација такмичења у спортском стрелаштву. Педагошка пракса у спортском стрелаштву.	XIV			
15.	<b>Теоријска провера знања - колоквијум</b>	XV		<b>Колоквијум</b>	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>	
1.	Упознавање са врстама наоружања. Упознавање са врстама наоружања (ТТ збор).	I	Практичне вежбе, (Учионица, Стрелана, Стрелиште)		
2.	Основе безбедности руковања са оружјем и законска регулатива. Врсте оружја, муниције и опреме у стрелаштву.	II			
3.	Методика обучавања стрелаца у спортском стрелаштву.	III			
4.	Техничка и тактичка припрема стрелаца у спортском стрелаштву.	IV			
5.	Физичка припрема стрелаца у спортском стрелаштву.	V			
6.	Практична примена гађања ваздушном пушком.	VI			Колоквијум: гађање ваздушном пушком
7.		VII			
8.	Практична примена гађања ваздушним пиштољем.	VIII			
9.	Практично гађање ватреним оружијем.	IX			
10.		X			
11.		XI			
12.	Практично гађање ватреним оружијем.	XII			
13.	Основе технике и правила такмичења у практичном стрелаштву (IPSC).	XIII			
14.	<b>Садржаји из свих претходних недеља практичне наставе - гађање.</b>	XIV			<b>Колоквијум</b>

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе:** Студент се евидентира и на основу посећености добија бодове. **Теоријски колоквијум:** Садржи пређено градиво на предавањима и полаже се као посмени део или у рачунарској учионици на тесту понуђених одговора. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања. **Семинарски рад:** Обухвата ширу тематику предмета у писаном облику са презентацијом. **Практични испит:** Подразумева практично руковање, приказ ставова и гађање. Број кругова у мету приликом гађања одређује оцену. **Теоријски испит:** Полазе се усмено, студент добија 3 питања. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли.

**УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА**

1. Водопивец, В. и сар. (1977). Спортско стрељаштво. ССЈ. Београд.
2. Нуркић, М., (2017.) Стрељаштво. Скрипта. Факултет спорта и физичког васпитања.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Настава	10	Усмени испит	30
Колоквијум теорија	20		
Колоквијум практични	20		
Остало (Семинарски рад или Интерактивна настава)	20		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Мирсад Нуркић, редовни професор</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Мирсад Нуркић, редовни професор</i>
--	--



**План извођења наставе на предмету: Спортска медицина**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Спортска медицина</b>				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 7				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 3+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов:				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са специфичним медицинским стањима које прате учешће у спорту, физичком васпитању и рекреацији, посебно током и након физичке активности..				
<b>Исход:</b> Усвајање одређених медицинских знања и њихова практична примена у процесима планирања и контроле физичке активности у спорту, физичком васпитању и рекреацији.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Улога и значај спортске медицине у образовању кадрова ангажованих у области спорта, физичког васпитања и рекреације	I	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
2.	Развојне карактеристике појединих добних узраста	II	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
3.	Контрола здравља и телесног развоја. Контрола здравља спортиста	III	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
4.	Употреба лекова код спортиста	IV	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
5.	Повреде у спорту, физичком васпитању и рекреацији	V	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
6.	Методе сликовне дијагностике у спортској медицини	VI	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
7.	Методе физикалне терапије у спортској медицини	VII	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
8.	<b>Колоквијум 1</b>	VIII		
9.	Принципи превенције повреда у спорту, физичком васпитању и рекреацији	IX	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
10.	Медицинске специфичности учешћа жена у спорту	X	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	

11.	Медицинске специфичности учешћа деце у спорту	XI	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
12.	Спортско медицински приступ исхрани спортиста	XII	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
13.	Спортско медицинске методе опоравка	XIII		
14	Спортско медицинске процедуре опоравка	XIV		
	<b>Колоквијум 2</b>	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Антропометрија	I	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
2.	Техника мерења антропоцентријских величина	II	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
3.	Телесна композиција	III	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
4.	Методе одређивања телесне композиције	IV	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
5.	Приручна апотека. Завојни материјал	V	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
6.	Техника превејања	VI	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
7.	Завоји троуглом марамом	VII	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
8.	Основни облици завоја	VIII	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
9.	Реанимација	IX	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
10.	Реанимациони поступци	X	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
11.	Поступци прве помоћи код крварења	XI	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
12.	Имобилизација и имобилизациона средства	XII	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
13.	Транспорт повређене особе	XIII	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	
14.	Масажа	XIV	Фронтална, вербална, аудио-визуелна, илустрациона	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Практични колоквијум:** Подразумева проверу практичних знања и вештина стечених током вежби (антропометрија, телесна композиција, превејање). **Теоријски колоквијум:** студент полаже писмено. **Интерактивна настава:** Подразумева ангажовање на обради изабране теме из групе предложених, везаних за план и програм предмета, писањем есеја или семинарског рада. **Активност у настави:** Подразумева ангажовање у оквиру теоријске и практичне наставе кроз учешће у дискусијама, одређене радне задатке којима се разрађују поједине наставне теме и наставни садржаји. **Завршни испит:** Студент полаже усмено.

**УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА****Уџбеник:**

1. Радовановић, Д. (2019). *Спортска медицина за студенте Факултета спорта и физичког васпитања*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Радовановић, Д. & Ђурашковић, Р. (2018). *Практикум спортске медицине за студенте Факултета спорта и физичког васпитања*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.

**Допунска литература:**

3. Ђурашковић, Р., уредник. (2009). *Спортска медицина*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
4. Brukner, P., & Khan, K. (2009). *Clinical Sports Medicine, 5th edition*. New York: McGraw-Hill.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Завршни испит	40
Колоквијум	30		
Интерактивна настава	10		
Активности у настави	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ****Предавања:**

др Драган Радовановић, редовни професор,  
др Љиљана Бјелаковић, редовни професор

**Вежбе:**

др Драган Радовановић, редовни професор,  
др Љиљана Бјелаковић, редовни професор

**План извођења наставе на предмету: Хигијена**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Хигијена</b>				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Обавезни; Број ЕСПБ: 6				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 2+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање знања о теоријским и практичним вредностима хигијене у спорту и физичком васпитању				
<b>Исход:</b> Студенати су упознати са основним начелима и могућностима њихове практичне примене у свакодневној пракси. Студенти су кроз предавања, практичне вежбе, и консултације стекли основна знања и оспособљени су да владају теоријским и практичним вештинама везаним за примену хигијене спорта у спорту и физичком васпитању.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Исхрана, основне хранљиве материје у исхрани деце и спортиста	I	Фронтални облик рада, метода усменог излагања, метода аудио визуелна	
2.	Исхрана, препоруке за правилну исхрану деце и спортиста	II		
3.	Исхрана спортиста	III		
4.	Дејство биолошких агенаса на људски организам.	IV		
5.	<b>Садржаји из претходне 4 недеље.</b>	<b>V</b>		<b>Колоквијум 1</b>
6.	Клима, климатске промене и њихов утицај на здравље људи	VI	Фронтални облик рада, метода усменог излагања, метода аудио визуелна	
7.	Утицај УВ зрачења на здравље људи	VII		
8.	Сексуално трансмисивне болести.	VIII		
9.	Хигијена одеће и обуће.	IX		
10.	Лична хигијена.	X		
11.	<b>Садржаји из претходних 5 недеља.</b>	<b>XI</b>		
12.	Хигијена радне средине	XII	Фронтални облик рада, метода аудио визуелна	
13.	Хигијена животне средине.	XIII		
14.	Хигијена спортских објеката	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Исхрана деце и спортиста, методологија испитивања.	I	Фронтални облик рада, метода аудио визуелна	
2.	Исхрана деце и спортиста, методологија испитивања.	II		
3.	Болести деце и спортиста изазване биолошким агенсима	III		
4.	Болести деце и спортиста изазване биолошким агенсима.	IV		

5.	Клима, климатске промене и њихов утицај на здравље људи (семинари)	V		
6.	Утицај УВ зрачења на здравље људи (семинари)	VI		
7.	Сексуално трансмисивне болести.	VII		
8.	Хигијена одеће и обуће.	VIII		
9.	Лична хигијена.	IX		
10.	Исхрана спортиста (семинари)	X		
11.	Школска хигијена.	XI		
12.	Хигијена спортских објеката (семинари)	XII		
13.	Хигијена животне средине	XIII		
14.	Хигијена физичке културе	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе:** Посећеност настави се евидентира у спискове евиденције присуства студената, и на крају семестра бодује одговарајућим бројем поена. **Активност у настави:** Активно учешће у настави, одговори на постављена питања, дискусија бодују се одговарајућим бројем поена. **Теоријски колоквијум:** Први теоријски колоквијум подразумева проверу знања из пређене прве трећине градива. Други колоквијум подразумева проверу знања из пређене друге трећине градива. **Интерактивна настава:** Подразумева самосталну припрему студента за презентацију дела градива, активност на настави. **Теоријски испит:** Подразумева проверу знања из пређене последње трећине градива. **Консултације:** Консултације са студентима се обављају два пута недељно по унапред утврђеном распореду.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Ранђеловић, Ј., Ђурашковић, Р. (2006). Хигијена спорта. Ниш: СИА.
2. Ђурашковић, Р. (2002). Спортска медицина. Ниш: СИА.
3. Митровић, Р. (1996). Хигијена за студенте факултета за физичку културу. Ниш: "ПроСофт".
4. Friis, H. (2010). Essentials of environmental health. Jonas & Bartlett Learning.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Теоријски испит (усмено, писмено, електронски тест)	40
Колоквијум I +II	12+13		
Семинарски рад	10		
Интерактивна настава	15		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Љиљана Бјелаковић, редовни професор	<b>Вежбе:</b> др Љиљана Бјелаковић, редовни професор
---	---

**План извођења наставе на предмету: **Методика спортског тренинга****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Методика спортског тренинга</b>				
<b>Година и семеста:</b> II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
<b>Статус предмета:</b> Обавезни; <b>Број ЕСПБ:</b> 7				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 3+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Стицање теоријских и практичних знања о тренажном процесу у спорту.				
<b>Исход:</b> Студенти ће бити оспособљени: да примене стечено теоријско знање у тренажном процесу; да теоријским знањима буду оспособљени за успешно планирање и програмирање рада са селекцијама; да познају релевантне показатеље успешности у спорту и примене знања у селекцији за одеређену грану спорта; да упознају средства и методе тренинга и посебно динамику тренажног оптерећења.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	- Упознавање студената са историјатом предмета, наставним планом и програмом, литературом и обавезама	I	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	
2.	- Основни појмови у теорији спорта; Форме и функције спорта; - Класификација сп. грана	II	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
3.	- Селекција у спорту - Узрасне карактеристике и сензибилне фазе	III	Фронтални, Вербална, Илустрације, Аудио-визуелна	
4.	- Општи принципи тренинга - Законитости спортског тренинга	IV	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
5.	- Врсте припреме спориста - Физичка припрема - Техничка припрема - Тактичка припрема	V	Фронтални, Вербална, Илустрације, Аудио-визуелна	
6.	- Психолошка припрема - Теоријска припрема - Интегрална припрема	VI	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	
7.	- Средства и методе тренинга. - Оптерећење у спортском тренингу	VII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	
8.	- Планирање и програмирање тренажног процеса - Структура спортског тренинга	VIII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	
9.	- Појединачни тренинг - Микроциклус тренинга	IX	Фронтални, Вербална, Илустрације, Аудио-визуелна	
10.	<b>Пређено градиво из 2., 3., 5., 7., 8. и 9. наставне јединице.</b>	<b>X</b>	<b>Писмени</b>	<b>Теоријски Колоквијум</b>
11.	- Мезоциклус тренинга	XI	Фронтални,	

	- Макроциклус тренинга		Вербална, Аудио-визуелна, Илустације	
12.	- Спортска форма	XII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	
13.	- Систем припреме младих спортиста и сложеност тренерског посла	XIII		
14.	- Основе и методе тренинга снаге, брзине, издржљивости и гipкости спортиста	XIV		
15.	- Замор у тренингу и такмичењу - Опоравак у спорту	XV	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Тренинг развоја гipкости (активна и пасивна).	I	Фронтални, Групни, Демонстрација	
2.	Тренинг развоја снаге на тренажерима (теретана)	II	Фронтални, Групни, Демонстрација	
3.	Тренинг развоја експлозивне и плиометријске снаге.	III	Фронтални, Групни, Демонстрација	
4.	Тренинг развоја координације.	IV	Фронтални, Групни, Демонстрација	
5.	Равнотежа и проприоцепција - тренинг.	V	Фронтални, Групни, Демонстрација	
6.	Тренинг развоја брзине и агилности.	VI	Фронтални, Групни, Демонстрација	
7.	Појединачни тренинг-структура, садржај, организација, конспект тренинга	VII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	
8.	Анализа појединачног тренинга (уводни, главни и завршни део)	VIII	Индивидуални, Писање, Илустације, Аудио-визуелна, Вербална	
9.	Планови микроциклуса тренинга различитог типа	IX		
10.	Мезоциклус и планови тренинга различитог типа	X		
11.	Евиденција спортског тренинга	XI	Индивидуални, Писање, Илустације,	
12.	Појединачни тренинг - (Презентација и дискусија о урађеним радовима)	XII	Аудио-визуелна, Вербална	
13.	<b>Конструкција једног тренинга за развој одређених моторичких способности у изабраном спорту (слободан избор) и практични приказ</b>	XIII	Индивидуални, Практични приказ	<b>Практични колоквијум, Сала ФСФВ</b>
14.	Микроциклус тренинга - (Презентација и дискусија о урађеним радовима)	XIV	Индивидуални, Писање, Илустације, Аудио-визуелна, Вербална	
15.	Микроциклус тренинга - (Презентација и дискусија о урађеним радовима)	XV	Индивидуални, Писање, Илустације, Аудио-визуелна, Вербална	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријски колоквијум:** Садржи једну половину пређеног градива програма предавања (наставне јединице 2,3,5,7,8 и 9.). Ради се писмено и пролазност је са 51 %. **Практични колоквијум:** Садржи практични приказ и демонстрацију тренинга за изабрани спорт и моторичку способност. Ради се индивидуално у сали ФСФВ. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему видео презентације изабраног спорта, конструкцију недељног програма тренинга за изабрани спорт, попуњавање практикума и активност у настави. **Теоријски испит:** Први део испита је писмени и

услов је стварити 51% поена за излазак на усмени део испита. Теоријски део се полаже усмено и обухвата половину градива (са положеним колоквијумом) или целокупно градиво (без положеног). Студент добија три питања случајним избором. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Koprivica, V. (2013). *Teorija sportskog treninga*. Beograd.
2. Петковић, Д. (2008). *Спортски тренинг*. Ниш: Универзитет у Нишу.
3. Петковић, Д., Бојић, И. (2010). *Спортски тренинг - Практикум*. Ниш: ФСФВ.

#### Допунска литература:

1. Фратрић, Ф. (2006). *Теорија и методика спортског тренинга*. Нови Сад: Покрајински завод за спорт.
2. Вомпа, Т. (2009). *Periodizacija – teorija i metodologija treninga*. Zagreb: Gopal.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Посећеност наставе	10	Писмени испит	10
Практични Колоквијум	20	Усмени испит	30
Теоријски Колоквијум	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Ивана Бојић, редовни професор

##### Вежбе:

др Ивана Бојић, редовни професор



**План извођења наставе на предмету: **Одбојка на песку****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Одбојка на песку</b>				
<b>Година и семеста:</b> II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
<b>Статус предмета:</b> Изборни; <b>Број ЕСПБ:</b> 5				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Циљ изучавања одбојке на песку као спортске игре је стицање знања и вештина као дела науке која проучава спорт и физичко васпитање, њен развој, методе и подручја и да студенте оспособи за примену основних средстава и метода у васпитно образовној делатности.				
<b>Исход:</b> Студенти су оспособљени да разумеју основне одбојкашке законитости, овладају су теоријским знањем и практичним способностима и то примењују у настави која је планирана одређеним програмима у зависности од старости ученика, затим примењују неке методе у истраживању у школској и спортској пракси.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Историјски развој одбојке на песку.	I	Метод усменог излагања	
2.	Основи теорије одбојкашког тренинга	II		
3.	Механика одбојке на песку.	III		
4.	Техника без лопте.	IV		
5.	Техника са лоптом - одбијање лопте.	V		
6.	Техника са лоптом - сервирање.	VI		
7.	Техника са лоптом - смечирање.	VII		
8.	Техника са лоптом - блок и одбрана поља.	VIII		
9.	<b>Провера садржаја из претходних осам недеља</b>	IX		<b>Колоквијум 1</b>
10.	Методика обучавања.	X	Метод усменог излагања	
11.	Предмет методике одбојке на песку.	XI		
12.	Методика тренирања одбојкашких техника.	XII		
13.	Одбојкашка кондиција.	XIII		
14.	Тактика.	XIV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Техника без лопте.	I	Практична предавања и демонстрација	
2.	Техника са лоптом.	II		
3.	Техника са лоптом - одбијање лопте.	III		
4.	Упијач.	IV		
5.	Сун.	V		

6.	Вретено.	VI		
7.	Сервирање.	VII		
8.	Сервис из скока.	VIII		
9.	Дизање.	IX		
10.	Смечирање.	X		
11.	Пријем смеча.	XI		
12.	<b>Провера садржаја из претходних једанаест недеља</b>	XII		<b>Колоквијум 2</b>
13.	Блок.	XIII	Практична предавања и демонстрација	
14.	Тактика: Основе тактике.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. **Теоријски колоквијуми:** теоријски колоквијум се полаже писмено и обухвата област из историјског развоја одбојке на песку и правила. **Практични колоквијуми:** **Практични колоквијум** обухвата полагање основних одбојкашких елемената (прсти, чекић, смеч и сервис). **Интерактивна настава:** Интерактивна настава: писање семинарског рада, презентација задате теме. **Активност у настави:** Подразумева ангажовање у оквиру теоријске и практичне наставе кроз учешће у дискусијама, одређене радне задатке којима се разрађују поједине наставне теме и наставни садржаји. **Завршни испит:** Завршни део испита се полаже усмено и обухвата комплетан наставни садржај.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Костић, Р. (1999). Одбојка - техника и тактика. Ниш: СИА.
2. Костић, Р. (2000). Теорија и методика спортске игре - одбојка. Ниш: СИА.
3. Томић, Д., Нејић, Д. (2004). Одбојка. Ниш: СИА.
4. Dearing, J. (2003). Volleyball fundamentals. Champaign IL: Human Kinetics.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	10
Колоквијум 1 (теорија)	15	Теоријски испит	20
Колоквијум 2 (практично)	20		
Остало	25		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Драган Нејић, редовни професор	<b>Вежбе:</b> др Драган Нејић, редовни професор
--	--

**План извођења наставе на предмету: **Баскет****

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <b>Баскет</b>				
<b>Година и семеста:</b> II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
<b>Статус предмета:</b> Изборни; <b>Број ЕСПБ:</b> 5				
<b>Место извођења наставе:</b> Теоријска настава у Амфитеатру ФСФВ. Практична настава (вежбе) на отвореним теренима поред ФСФВ.				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<b>Циљ:</b> Стицање основних знања и вештина кроз теоријску наставу и практично извођење елемената технике и тактике у баскету.				
<b>Исход:</b> Методичко овладавање специфично моторичким знањима и вештинама извођења елемената технике и тактике и физичке припреме потребних за успешно савладавање осталих програмских испита на факултету, као и примену стечених знања у пракси Спорта, Физичког васпитања и рекреације.				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Уводно предавање, упознавање студената са плановима и распоредом извођења наставе, литературом и начином оцењивања. Како се баскет игра.	I	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна, Илустрације	Израда семинарског рада од V до X недеље
2.	Настанак кошарке и баскета. Почетак играња и развој баскета на нашим просторима.	II		
3.	Правила игре у баскету „3x3“. Најчешће коришћени термини у баскету.	III		
4.	Једначина спецификације успеха у баскету (ЈСУ). Релације баскета са антропометријским карактеристикама и моторичким способностима.	IV		
5.	ЈСУ-Релације баскета са функционалним и когнитивним способностима и конативним карактеристикама.	V		
6.	Техника баскета – Подела технике баскета.	VI		
7.	Елементи индивидуалне технике и тактике баскета у нападу и одбрани.	VII		
8.	Тактика баскета – Подела тактике.	VIII		
9.	Индивидуална и групна тактика напада и одбране у баскету.	IX		
10.	Структуралне разлике између „3x3“ баскета и кошарке.	X		
11.	Физиолошки захтеви игре „3x3“ баскета.	XI		

12.	Специфична кондициона припрема „3x3“ баскеташа.	XII		
13.	Периодизација у „3x3“ баскету.	XIII		
14.	<b>Садржаји свих претходних недеља</b>	XIV		<b>Писмени колоквијум</b>
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Методика обучавања технике шута на кош и скок-шута у баскету.	I	Фронтални, Групни, Демонстрација	
2.	Методика обучавања технике хватања и додавања у баскету.	II		
3.	Методика обучавања технике вођења лопте и дриблинга лоптом у баскету.	III		
4.	Методика обучавања технике финтирања и пивотирања у баскету.	IV		
5.	Технике постављања блокада у баскету.	V		
6.	Демаркирање (начини отварања после блокаде).	VI		
7.	Тактика игре „1 на 1“ у баскету.	VII		
8.	Тактика игре „2 на 2“ у баскету.	VIII		
9.	Тактика игре „3 на 3“ у баскету.	IX		
10.	Постављање у односу на лопту.	X		
11.	Принципи одбране „1 на 1“ у баскету.	XI		
12.	Техника удвајања играча у баскету.	XII		
13.	Одбрана на играчу без лопте на страни лопте и на страни помоћи.	XIII		
14.	<b>Садржаји свих претходних недеља</b>	XIV		<b>Практични колоквијум</b>

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава:** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање на теоријској настави и вежбама. **Писмени колоквијум:** Полаже се писмено и обухвата садржаје свих предавања од 1. до 13. У оквиру понуђених питања акценат је на дефиницијама и основним поделама. Да би студент положио писмени колоквијум потребно је да тачно одговори на 51% од понуђених питања. **Практични колоквијум:** Полаже се практично и обухвата практично извођење елемената индивидуалне и групне технике и тактике (шутирање на кош техникама шака иза и испод (полагање) лопте) – минимално 6,5 поена и групне технике и тактике напада и одбране („Pick and Roll“ и контра блок) – минимално 4,5 поена. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања и активност у настави. Такође, обухвата и активност студената на консултацијама, а исте се реализују два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета 106. Максимално је могуће остварити шест поена за наведену активност. Семинарски рад: обрађује ширу тематику предвиђених тема из плана и програма предмета Баскет. Максимално је могуће остварити четири поена за наведену активност. **Практични испит:** Полаже се практично и обухвата практично извођење елемената индивидуалне технике и тактике напада у баскету (шутеве из кретања техником шута други обруч) – минимално 6,5 поена и методску вежбу дриблинга лоптом у кретању која подразумева предњу и задњу промену руку кроз ноге и иза леђа у два контакта (између сваког дриблинга у кретању потребно је извести припремно вођење) – минимално 4,5 поена. Напомена: да би студент полагао наредни елемент технике потребно је да положи

предходни наведени елемент индивидуалне технике напада. Такође, обухвата и учешће на турниру у баскету и студенти се оцењују срезмерно освојеном резулту. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата ширу тематику предвиђених тема из плана и програма предмета Баскет.

#### УЦБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Коцић, М., и Николић, Д. (2017). *Баскет „3 на 3“*. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања, Универзитета у Нишу.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	20
Писмени колонијум	20	Усмени испит	20
Практични колонијум	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

*Др Драгана Берић, редовни професор*  
*др Миодраг Коцић, редовни професор*

##### Вежбе:

*Др Драгана Берић, редовни професор*  
*др Миодраг Коцић, редовни професор*

**План извођења наставе на предмету: Мали Фудбал**

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>					
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт					
Назив предмета: <b>Мали фудбал</b>					
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)					
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5					
Место извођења наставе: Просторије ФСФВ и сала/терен на отвореном					
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2					
Школска година: 2023/2024					
<b>Услов:</b>					
Услови за слушање предмета:					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>					
Услови за излазак на завршни испит:					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>					
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>					
<p><b>Циљ:</b> Циљ предмета је стицање основних знања о малом фудбалу као колективној спортској игри, затим да се студент оспособи за организацију и реализацију наставних садржаја малог фудбала у основним и средњим школама, у оквиру редовних и ванчасовних наставних активности (фудбалска секција и такмичења), као и у различитим рекреативним и базичним фудбалским програмима.</p>					
<p><b>Исход:</b> Студент ће бити оспособљен да влада теоријском и методичким знањем везаним за мали фудбал, биће способан да демонстрира елементарне фудбалске вештине и тактичке елементе; биће оспособљен да самостално примењује мали фудбал као средство у настави физичког васпитања у основним и средњим школама, спроводи часове малог фудбала у ванчасовним активностима – тренинге и такмичења у оквиру фудбалске секције, као и да организује рекреативне активности користећи мали фудбал као средство.</p>					
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>					
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе	
1.	Упознавање са садржајем предмета и организацијом теоријске наставе. Историја малог фудбала (МФ, 6-13).	I	Фронтални облик рада, Теоријска предавања, Метод усменог излагања са визуелним садржајима		
2.	Основне карактеристике фудбалске игре, ПФИ (МФ, 13-20).	II			
3.	Техника фудбала, техника кретања фудбалера без лопте (МФ, 20-32).	III			
4.	Техника фудбала, техника кретања фудбалера са лоптом (МФ, 33-48).	IV			
5.	Техника фудбала, техника кретања фудбалера са лоптом (МФ, 49-67)	V			
6.	Техника фудбала, техника кретања фудбалера са лоптом (МФ, 68-86).	VI			
7.	<b>Провера садржаја од 1-4. наставне јединице</b>	VII			<b>Колоквијум 1</b>
8.	Техника одбране гола (МФ, 86-103).	VIII			
9.	Класификација тактике (МФ, 112-128)	IX			
10.	Тактика напада (МФ, 129-138)	X			

11.	Тактика напада (МФ, 138-146)	XI		Колоквијум 2
12.	Системи фудбалске игре (МФ, 150-155)	XII		
13.	Уигране акције – поновни почетак игре (МФ, 168-176)	XIII		
14.	Моторичке способности (МФ, 179-200)	XIV		
15.	<b>Провера садржаја 5, 6 и 8 наставне јединице</b>	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Техника кретања фудбалера без лопте (МФ, 20-32)	I	Метод демонстрације, практичне вежбе	
2.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Ударац по лопти ногом и главом (у месту и кретању, у односу на кретање лопте), додавање (МФ, 32-54)	II		
3.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Ударац по лопти ногом и главом (у месту и кретању, у односу на кретање лопте), додавање ((МФ, 32-54)	III		
4.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Ударац по лопти ногом и главом (у месту и кретању, у односу на кретање лопте), додавање (МФ, 32-54)	IV		
5.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Примање лопте (у месту и кретању, у односу на кретање лопте) (МФ, 54-72)	V		
6.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Примање лопте (у месту и кретању, у односу на кретање лопте) (МФ, 54-72)	VI		
7.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Примање лопте (у месту и кретању, у односу на кретање лопте) (МФ, 54-72)	VII		
8.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Вођење лопте (МФ, 72-76)	VIII		
9.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Вођење лопте (МФ, 72-76)	IX		
10.	Техника кретања фудбалера са лоптом, Одузимање лопте (МФ, 82-86)	X		
11.	Дриблинзи и финте (МФ, 76-82)	XI		
12.	Системи фудбалске игре (МФ, 150-154)	XII		
13.	Техника одбране гола (МФ, 86-102)	XIII		
14.	Игра уз примену свих правила игре	XIV		
15.	Практични део колоквијума	XV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Консултације:** Два пута недељно у складу са распоредом часова. **Похађање наставе:** Ако студент активно учествује на 50% часова одржане теоријске и практичне наставе добија минимални број бодова (укупно 5 поена). Број бодова биће пропорционално увећаван у складу са похађањем наставе у току семестра али не може бити већи од 10 поена. **Колоквијум 1** (тест знања) обухвата: 20 питања из следећих области: Историја малог фудбала (МФ, 6-13); Основне карактеристике фудбалске игре, ПФИ (МФ, 13-20); Техника фудбала, техника кретања фудбалера без лопте (МФ, 20-32); Техника фудбала, техника кретања фудбалера са лоптом (МФ, 33-48); Техника фудбала, техника кретања фудбалера са лоптом (МФ, 49-67); Техника фудбала, техника кретања фудбалера са лоптом (МФ, 68-86); Техника одбране гола (МФ, 86-103). Свако питање вреднује се једним

поеном а студент мора да освоји минимум 5 поена на тесту. **Колоквијум 2** обухвата: практични приказ елемената индивидуалне технике са лоптом као што су: вођење лопте, пријем и предаја лопте унутрашњим, сољашњим делом и хрптом стопала, жонглирање доминантном ногом. Студент мора да уради одређени број понављања сваког задатог елемента и има три покушаја да то уради. Уколико уради технички елемент из првог покушаја добија 5 поена, из другог покушаја 3 поена и из трећег покушаја 1 поен. Елементи вредновања су: број понављања, прецизност, техника извођења елемената. **Интерактивна настава:** самосталну припрему тренинга и усмено образложење примењених вежби на основу изабране узрасне категорије и циља тренинга. **Завршни испит** – практични део: практични приказ елемената индивидуалне технике са лоптом као што су: вођење лопте, наизменично жонглирање левом и десном ногом, дриблинг и финтирање, ударац на гол доминантном ногом. Студент мора да уради одређени број понављања сваког задатог елемента и има три покушаја да то уради. Уколико уради технички елемент из првог покушаја добија 5 поена, из другог покушаја 3 поена и из трећег покушаја 1 поен. Елементи вредновања су: број понављања, прецизност, техника извођења елемената. **Завршни испит** – теоријски део: усмени одговор на три насумично извучена или додељена питања из следећих области: Класификација тактике (МФ, 112-128); Тактика напада (МФ, 129-138); Тактика напада (МФ, 138-146); Системи фудбалске игре (МФ, 150-155); Уигране акције – поновни почетак игре (МФ, 168-176); Моторичке способности (МФ, 179-200)

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Јоксимовић, А. (2008): Мали фудбал. ГИП Тимок.
2. Ковачевић, А. (2003): Мали фудбал, Београд.
3. Јоксимовић, С. (2002). Голман у фудбалу. Ниш: СБЕН.
4. Lozano, J. (1995). Futbol Sala. Real Federacion Espanola de Futbol.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Завршни испит	40
Колоквијум 1 - тест	20		
Колоквијум 2 - практично	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

*др Зоран Милановић, ванредни професор*

##### Вежбе:

*др Зоран Милановић, ванредни професор*



**План извођења наставе на предмету: Тенис**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Тенис</b>				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање и усвајање теоретских и практичних знања из тениса, са посебним освртом на елементе технике и тренинга.				
<b>Исход:</b> Савладавањем програмског садржаја, студенти су стекли основна теоретска и практична знања која ће примењивати у пракси.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Методика подучавања тениса.	I	Метод усменог излагања и видео презентација	
2.	Дефиниција, значај и циљеви тениса.	II		
3.	Стилови подучавања примењени на тенис.	III		
4.	Техника форхенда.	IV		
5.	Техника бекхенда.	V		
6.	Техника севиса.	VI		
7.	Техника волеја и његове варијанте.	VII		
8.	Техника смеча и његове варијанте.	VIII		
9.	Други ударци за напредне играче.	IX		
10.	Физички тренинг.	X		
11.	Ментални тренинг.	XI		
12.	Биомеханика тениса.	XII		
13.	Исхрана за тенисере на такмичењима.	XIII		
14.	Спречавање повреда у такмичарском тенису.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Физичка припрема – сениора.	I	Усмено излагање и практично вежбање	
2.	Физичка припрема – базична.	II		
3.	Физичка припрема - у току такмичарске сезоне.	III		
4.	Аеробна издржљивост - карактеристике и развој.	IV		
5.	Анаеробна издржљивост - карактеристике и развој.	V		
6.	Техника основних удараца. Техника специјалних удараца.	VI		
7.	<b>Провера садржаја из претходних 6</b>	VII		

	<b>недеља</b>			
8.	Биомеханичка анализа технике основних и специјалних удараца.	VIII	Усмено излагање и практично вежбање	
9.	Тактика сингл меча.	IX		
10.	Тактика против леворуког играча.	X		
11.	Тактика сервис-волеј играча.	XI		
12.	Тактика дефанзивног играча.	XII		
13.	Тактика игре на брзој подлози и спорој подлози.	XIII		
14.	Тактика игре у пару (дубл).	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Консултације:**

**Семинарски рад:**

**Теоријски колоквијум:**

**Интерактивна настава:**

**Теоријски испит:**

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Брикси, П. (1952). Тенис. Загреб: Спортско стручна библиотека.
2. Филипчич, А. (2002). Тенис. Љубљана: Факултета за спорт.
3. Roetert, P. (2007). Complete conditioning for tennnis. Champaign IL: Human Kinetics.
4. Antoun, R. (2007). Womens tennis tactic. Champaign IL: Human Kinetics.
5. Hoskins, T. (2003). The tennis drill book. Champaign IL: Human Kinetics..

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	10
Колоквијум (теорија)	20	Теоријски испит	20
Колоквијум (практични)	20		
Остало	20		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

**Предавања:**

*др Саша Миленковић, редовни професор*

**Вежбе:**

*др Саша Миленковић, редовни професор*

**План извођења наставе на предмету: Спорт особа са инвалидитетом**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Спорт особа са инвалидитетом</b>				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање основних знања из спортова за ОСИ са посебним освртом на њихову специфичност у односу на стандардне спортове.				
<b>Исход:</b> Савладавањем теоретског и практичног садржаја, студенти стичу основна теоретска и практична знања која ће моћи директно да примене у пракси.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Уводно предавање.	I	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава
2.	Групе које карактеришу посебан однос према ОСИ.	II	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава
3.	Групе које карактеришу посебан однос према ОСИ.	III	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава
4.	Узроци настајања инвалидитета.	IV	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава
5.	Узроци настајања инвалидитета.	V	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава
6.	Терминологија.	VI	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава
7.	Рехабилитација.	VII	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава
8.	Теоријски колоквијум.	VIII	Провера знања	Колоквијум
9.	Теорија спорта ОСИ.	IX	Фронтални и групни. Вербална, дијалогска и аудио-визуелна.	Теоријска настава

10.	Теорија спорта ОСИ.	X	Фронтални и групни. Вербална, дијалoшка и аудио-визуелна.	Теоријска настава
11.	Спортске организације ОСИ.	XI	Фронтални и групни. Вербална, дијалoшка и аудио-визуелна.	Теоријска настава
12.	Међународна спортска такмичења.	XII	Фронтални и групни. Вербална, дијалoшка и аудио-визуелна.	Теоријска настава
13.	Спортови на параолимпијским играма.	XIII	Фронтални и групни. Вербална, дијалoшка и аудио-визуелна.	Теоријска настава
14.	Такмичарске категорије у спорту ОСИ.	XIV	Фронтални и групни. Вербална, дијалoшка и аудио-визуелна.	Теоријска настава
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Атлетика за ОСИ	I	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
2.	Атлетика за ОСИ	II	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
3.	Зимски спортови за ОСИ	III	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
4.	Пливање за ОСИ	IV	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
5.	Para powerlifting	V	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
6.	Седећа одбојка	VI	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
7.	Стони тенис за ОСИ	VII	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
8.	Борилачки спортови за ОСИ	VIII	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
9.	Боћање за ОСИ	IX	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
10.	Парабициклизам	X	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
11.	Голбал	XI	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
12.	Голбал	XII	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
13.	Кошарка у колицима	XIII	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава
14.	Кошарка у колицима	XIV	Вербални метод, метод демонстрације.	Практична настава

## ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студент се евидентира и на основу посећености настави и добија бодове за присуство. Да би добио поене за присуство настави, на теоријским предавањима мора да присуствује најмање 50% наставе, а на практичним (вежба) најмање 80%. Минимални број поена за пролаз је 10.

**Консултације:** Реализују се два пута недељно. Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

**Семинарски рад:** Обрађује ширу тематику предвиђених тема из плана и програма. Подразумева самосталну припрему теоријских тема. Минимални број поена за пролаз је 5.

**Колоквијум:** Полаже се писмено и садржи градиво предвиђено за колоквијум (наставне теме са теоријских предавања из првих седам наставних седмица). Минимални број поена за пролаз је 10.

**Интерактивна настава:** Обухвата ваннаставне активности студената у практичном раду са спортистима са инвалидитетом. Минимални број поена за пролаз је 5.

**Теоријски испит:** Полаже се писмено и обухвата наставне теме које су предвиђене за испит (не обухвата градиво за колоквијум).

## УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Ђурашковић, Р., Живковић, Д. (2008). Спорт за лица са посебним потребама. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања Универзитета у Нишу.
2. Микалачки, М. (2005). Мотивација здравих људи и инвалида рада у спортској рекреацији, Едиција: „Универзитетска научна књига“, Универзитет у Новом Саду, Нови Сад.
3. Махмутовић С., Турковић С. (1999). Сједећа одбојка, „Compact Е“, Сарајево.
4. Goosey-Tolfrey, V. (ed)(2010). Wheelchair sport: a complete guide for athletes, coaches and teachers. Champaign IL: Human Kinetics.
5. De Pauw, K. (2005). Disability sport. Champaign IL: Human Kinetics.

## НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Теоријски испит	30
Семинарски рад	15		
Колоквијум	30		
Интерактивна настава	15		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

## НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

### Предавања:

*др Марко Александровић, редовни професор*  
*др Бојан Јоргић, ванредни професор*

### Вежбе:

*др Марко Александровић, редовни професор*  
*др Бојан Јоргић, ванредни професор*

**План извођења наставе на предмету: Спортско пењање**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Спортско пењање</b>				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ, вештачка стена, Јелашничка клисура				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са развојем, техником, и правилима из алпинизма и спортског пењања.				
<b>Исход:</b> Студенти су оспособљени да стечена теоријска и практична знања из предмета спортско пењање примене у спортској и рекреацијској пракси.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Настанак спортског пењања.	I	Вербална метода и видео презентација	
2.	Историјски развој спортског пењања. Тежинско пењање.	II		
3.	Болдеринг. Брзинско пењање. DWS.	III		
4.	Опрема и рад са опремом у спортском пењању.	IV		
5.	Типови хватишта и ручне технике.	V		
6.	Типови газишта и ножне технике.	VI		
7.	Осигурање.	VII		
8.	Типови осигурања.	VIII		
9.	Опремање и распремање смерова.	IX		
10.	<b>Провера садржаја из свих претходних недеља.</b>	X		<b>Колоквијум 1</b>
11.	Тренинг спортског пењања.	XI	Вербална метода и видео презентација	
12.		XII		
13.	Израда и смерова за спортско пењање	XIII		
14.	Абзеловање.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Опрема у спортском пењању.	I	Вербална метода и демонстрација	
2.	Коришћење опреме у пракси.	II		
3.	Чворови и њихова примена.	III		
4.		IV		
5.	Обезбеђење спортско-пењачких смерова.	V		
6.		VI		
7.		VII		

8.	Обука технике пењања.	VIII		
9.	Опремање и распремање смерова.	IX		
10.		X		
11.	Абзеловање.	XI		
12.	Израда осигурања и постављање спортско-пењачких смерова.	XII		
13.	<b>Провера садржаја из претходних недеља.</b>	XIII		<b>Колоквијум 2</b>
14.	Самоспашавање.	XIV	Вербална метода и демонстрација	

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. *Практични део наставе се поред просторија ФСФВ реализује на вештачкој и природниј стени.* **Колоквијум 1**– теорија: Садржи прву половину теоретског градива. Полаже се усмено. **Колоквијум 2 – практично:** Садржи прву половину практичног градива (опрема, чворови и осигурање). Полаже се практично. **Семинарски рад:** студент је дужан да изради и достави семинарски рад за који добија одређени број бодова. **Интерактивна настава:** додатно се бодује и активност на теоретском и практичном делу наставе у виду додатних осигуравања и већег броја попетих смерова. **Практични испит:** Полаже се практично и састоји се од пењања смера на природним стенама – реализује се у Јелашничкој клисури. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата другу половину теоретског градива. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Клофутар, Ј. (2010). *Материјал за полагање испита са свање спортски пењач.* Београд: ПСС КСП.
2. Ђирковић, М. (2011). *Приручник за опремање смерова у природи.* Београд: ПСС КСП.
3. Creasey, M., Shepherd, N., Banks, N., Gresham, N., & Wood, R. (1999). *The Complete Rock Climber.* London: Lorenz Books.
4. Benge, M., & Raleigh, D. (1995). *Rock: Tools and Technique.* Colorado: Elk Mountain Press.
5. Horst, E. J. (2003). *Training for Climbing: The Definitive Guide for Improving Your Climbing Performance.* Guilford: Falcon Press.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Теоријска настава	5	Практични испит	20
Практична настава	5	Теоријски испит	20
Колоквијум 1 - теорија	10		
Колоквијум 2 - практично	20		
Семинарски рад / Тест	10		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Даниел Станковић, редовни професор	<b>Вежбе:</b> др Даниел Станковић, редовни професор
--	--

**План извођења наставе на предмету: Адаптирано физичко вежбање**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Адаптирано физичко вежбање</b>				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b> Услови за слушање предмета: <ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul> Услови за излазак на завршни испит: <ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са институционалним, организационим и суштинским укључивањем особа са специфичним потребама у систем здравственог и физичког васпитања и организовано упражњавање рекреативних и спортских активности у складу са могућностима и интересима појединаца са специјалним потребама.				
<b>Исход:</b> Студенти ће бити упознати са свим организационим облицима и могућностима примене у савременом друштву, као и да примене АФВ у функцији психо-соматске терапије.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Адаптирано физичко вежбање – увод и основе.	I	Теоријска предавања	
2.	Међународна класификација особа са инвалидитетом.	II		
3.	Елементи терминологије у адаптираном физичком вежбању.	III		
4.	Основе физичког вежбања особа са интелектуалним инвалидитетом.	IV		
5.	Основе физичког вежбања особа са сензорним инвалидитетом.	V		
6.	Основе физичког вежбања особа са физичком/моторном инвалидитетом.	VI		
7.	Основе физичког вежбања особа са аутистичним спектром поремећаја.	VII		
8.	Колоквијум.	VIII		
9.	Основе физичког вежбања особа са комбинованим сметњама.	IX		
10.	Програми адаптираног физичког вежбања (у физичком васпитању, спорту и рекреацији).	X		
11.	Асистивне технологије у адаптираном физичком вежбању.	XI		



12.	Основе адаптираних пливачких активности.	XII		
13.	Тестови за процену моторичких способности у адаптираном физичком вежбању.	XIII		
14.	Основе ИОП-а.	XIV		Презентација пројекта
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Адаптација простора за адаптирано физичко вежбање.	I	Практичне вежбе	
2.	Физичко вежбање особа са интелектуалним инвалидитетом.	II		
3.	Физичко вежбање особа са интелектуалном инвалидитетом.	III		
4.	Физичко вежбање особа са сензорним инвалидитетом.	IV		
5.	Физичко вежбање особа са сензорним инвалидитетом.	V		
6.	Физичко вежбање особа са физичком/моторном инвалидитетом.	VI		
7.	Физичко вежбање особа са физичком/моторном инвалидитетом.	VII		
8.	Физичко вежбање особа са аутистичним спектром поремећаја.	VIII		Колоквијум
9.	Физичко вежбање особа са аутистичним спектром поремећаја.	IX	Практичне вежбе	
10.	Физичко вежбање особа са аутистичним спектром поремећаја.	X		
11.	Физичко вежбање особа са комбинованим сметњама.	XI		
12.	Физичко вежбање особа са комбинованим сметњама.	XII		
13.	Примена тестова за процену моторичких способности у адаптираном физичком вежбању.	XIII		
14.	Симулација израде ИОП-а.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска и практична настава:** Студент се евидентира и на основу посећености настави и добија бодове за присуство. Да би добио поене за присуство настави, на теоријским предавањима мора да присуствује најмање 50% наставе, а на практичним (вежбе) најмање 80%. Минимални број поена за пролаз је 10. **Консултације:** Реализују се два пута недељно. Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. **Семинарски рад:** Обрађује ширу тематику предвиђених тема из плана и програма. Подразумева самосталну припрему теоријских тема. Минимални број поена за пролаз је 10. **Колоквијум:** Полаже се писмено и садржи градиво предвиђено за колоквијум (наставне теме са теоријских предавања из првих седам наставних седмица). Минимални број поена за пролаз је 10. **Теоријски испит:** Полаже се писмено и обухвата наставне теме које су предвиђене за испит (не обухвата градиво за колоквијум).

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

##### Обавезна литература:

1. Александровић, М., Јоргић, Б., & Мирић, Ф. (2016). Холистички приступ адаптивном физичком вежбању – уџбеник за студенте мастер академских студија. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Миленковић, Д., Живановић, Н. (2010). Параолимпијске игре. Ниш: Паноптикум.
3. Овука, М., Немец, В. (2016). Аутизам – вежбом до спонзаје. Специфична тренажна технологија.

Београд: Балкански културни центар.

4. Popović, R. (1997). *Ritmika i plesovi u Fizičkom vaspitanju – Sportu – Rekreaciji - Kineziterapiji*, Priština: Centar za multidisciplinarna istraživanja, Fakultet za fizičku kulturu.
5. Rodger, S., Ziviani, J. (2006). *Occupational therapy with children – enabling independence*, Blackwell Publishing.
6. Samuilidu, A. Evdokia (2004). *Stimulacija motornog razvoja učenika sa mentalnom retardacijom*. Beograd: Zadužbina Andrejević / Posebna izdanja.
7. Stošljević, M. (1998). *Uvod u defektologiju*. Beograd: Defektološki fakultet.
8. Welk, G. J. (2002). *Physical Activity Assessments for Health-Related Research*. Champaign, IL: Human Kinetics
9. Winnick, J. P. (2005). *Adapted Physical Education and Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Испит	40
Колоквијум	35		
Интерактивна настава	5		
Семинарски рад	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> <i>др Марко Александровић, редован професор</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Бојан Јорџић, ванредни професор</i>
--	--

**План извођења наставе на предмету: Самоодбрана**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Самоодбрана</b>				
Година и семеста: II година IV семестар (Фебруар/Мај)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b>				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање знања о теорији, тренингу, техници, тактици, методици и стручној пракси у елементима борилачких спортова који се могу успешно применити у самоодбрани.				
<b>Исход:</b> Методичко овладавање моторичким знањима и вештинама, и техничким елементима борилачких спортова који се успешно могу применити у самоодбрани од различитих начина напада и напада различитим предметима.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Основне структуралне и информационе карактеристике о борилачким спортовима. Историја борилачких вештина.	I	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
2.	Класификација самоодбране и врсте самоодбране.	II	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
3.	Утилитарност борилачких спортова у самоодбрани. Справе и реквизити који се могу користити у обуци.	III	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
4.	Улога самоодбране у процесу едукације студената и холистички приступ самоодбрани.	IV	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
5.	Самоодбрана за жене.	V	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
6.	Техичко-тактички елементи ударачких спортова и њихова примена у самоодбрани.	VI	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
7.		VII		
8.	Техичко-тактички елементи бацачких спортова и њихова примена у самоодбрани.	VIII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
9.		IX		
10.	Методика обучавања у самоодбрани.	X	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
11.	Методика обучавања технике и тактике.	XI		
12.	Анализа ефеката учења, обучавања и усавршавања елемената самоодбране.	XII	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
13.		XIII		
14.	Физичка припрема у самоодбрани.	XIV	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	

15.	Тест.	XV	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Методика обуке ударачких спортова.	I	Фронтални, Рад у паровима, Метода демонстрације.	
2.		II		
3.		III		
4.	Методика обуке бацачких спортова.	IV	Фронтални, Рад у паровима, Метода демонстрације.	
5.		V		
6.		VI		
7.	Методика обуке елемената борилачких спортова у самоодбрани.	VII	Фронтални, Рад у паровима, Метода демонстрације.	
8.		VIII		
9.		IX		
10.	Методика примене елемената борилачких спортова у самоодбрани.	X	Фронтални, Рад у паровима, Метода демонстрације.	
11.		XI		
12.		XII		
13.	Договорени спаринг.	XIII	Фронтални, Рад у паровима, Метода демонстрације.	
14.		XIV		
15.		XV		

### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Наст Настава:** Евидентира се присуство студената на предавањима и вежбама. Неопходно је присуство на минимум 70% одржане наставе да би студент добио предвиђене бодове. **Теоријски колоквијум (тест):** Садржи две трећине пређеног градива програма предавања. Ради се писмено или у рачунарској учионици, пролазност је са 51 %. **Практични колоквијум:** Садржи обрађене наставне јединице. Студент демонстрира примену елемената борилачких спортова у самоодбрани. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, активност у настави, ангажовање на научном или стручном пројекту који се реализује у оквиру предмета. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата једну трећину градива (са положеним колоквијумом-тестом) или целокупно градиво (без положеног теста). Студент добија три питања случајним избором. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

- Нуркић, М., Митић, Д., и Станковић, Н. (2020). Основе самоодбране. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
  - Братић, М., Нуркић, М. (2011). Самоодбрана. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
- Допунска литература**
- Ђирковић, З., Јовановић, С. (2003). Борења. Београд: Факултет физичке културе.
  - Ђирковић, З. (2007). Теорија борења. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања.
  - Levine, D., Whitman, J. (2007). Complete Crav Maga: The Ultimate Guide to Over 230 Self-Defense and combative Techniques. Berkeley/CA: Ulysses Press.
  - Kranarek, L.M., Pellegrini, J., Wagner, J., Ryan, R., Janich, M., McCann, K. (2010). The Ultimate Guide to Reality-based self defense. Valencia CA: Black Belt Books.

### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Завршни испит	30
Колоквијум теорија	20		
Колоквијум практични	20		
Остало (семинарски, интерактивна)	20		
<b>УКУПНО</b>	<b>70</b>		<b>30</b>

### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Мирсад Нуркић, редовни професор др Немања Станковић, ванредни професор	<b>Вежбе:</b> др Мирсад Нуркић, редовни професор др Немања Станковић, ванредни професор
---	---

**План извођења наставе на предмету: Основе спортске статистике и информатике**

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>				
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт				
<b>Назив предмета:</b> <span style="color: red;">Основе спортске статистике и информатике</span>				
<b>Година и семеста:</b> III година V семестар (Октобар/Јануар)				
<b>Статус предмета:</b> Обавезни; <b>Број ЕСПБ:</b> 4				
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ				
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2				
<b>Школска година:</b> 2023/2024				
<b>Услов:</b> Услови за слушање предмета: <ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul> Услови за излазак на завршни испит: <ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
<b>ЦИЉ И ИСХОД</b>				
<p><b>Циљ:</b> Упознати студенте са теоријским поставкама, стандардним методама и алатима за пиркупљање, анализу и обраду података који се примењују приликом истраживања у спорту. Да упозна студенте с основним законима теорије мерења и применом тих закона у истраживачком процесу. Студенти ће бити упознати са вођењем статистике у индивидуалним и колективним спортовима, као и са основама скаутинга у спорту. Осим тога, студенти ће, након упознавања основе информатике, увежбати рад у основним апликативним програмима (Word, Excel, Power Point) као и статистичким програмима (SPSS и Statistika).</p>				
<p><b>Исход:</b> Након испуњења свих обавеза предвиђених програмом студенти ће бити оспособљени за спровођење поступка прикупљања података, као и самосталан одабир одговарајућих статистичких метода и поступака за анализу и обраду података мерења, њихову валидну реализацију и интерпретацију. Такође би требало да буде оспособљен да добијене резултате прикажу и презентују одговарајућим апликативним програмом. На карају студенти ће имати најелементарнија знања из области скаутинга, а биће и оспособљени да воде, прате и анализирају статистичке податке пре, у току и после спорских такмичења.</p>				
<b>ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ</b>				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Примена статистике у спорту.	I	Метод усменог излагања и видео презентација	
2.	Фазе статистичког истраживања.	II		
3.	Основни статистички појмови.	III		
4.	Основни поступци за уређивање и приказивање резултата.	IV		
5.	Дескриптивни статистички параметри.	V		
6.	Статистичке технике за истраживање везе између променљивих.	VI		
7.	Статистичке технике за поређење група.	VII		
8.	Појам информатике.	VIII		
9.		IX		
10.	Информатика у спорту.	X		
11.	Методе примене информатике у спорту	XI		
12.	Скаутинг	XII		
13.	Информациони системи	XIII		
14.	Вођење статистике у индивидуалним спортовима	XIV		
15.	Вођење статистике у колективним спортовима	XV		

Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Коришћење статистичких програмских пакета.	I	Усмено излагање и практично вежбање	
2.		II		
3.	Интерпретација резултата.	III		
4.	Апликативни програми (за обраду текста).	IV		
5.	Апликативни програми (за рад са табелама).	V		
6.	Апликативни програми за презентацију података и информација.	VI		
7.	Вођење статистике на тренингу у индивидуалним спортовима	VII		
8.		VIII		
9.	Вођење статистике на тренингу у колективним спортовима.	IX		
10.		X		
11.	Анализа статистичких извештаја и њихова презентација.	XI		
12.	Статистички извештаји са такмичења у индивидуалним спортовима.	XII		
13.		XIII		
14.	Статистички извештаји са такмичења у колективним спортовима.	XIV		
15.		XV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. **Колоквијум:** Садржи прву трећину градива. Полаже се усмено и пролазност је са 51% или минимално 30 остварених бодова. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, активност у настави, а ову активност студент није обавезан да реализује. **Семинарски рад:** Извештај о већењу статистике на такмичењу из одабране спортске гране, за који се мора остварити минималних 5 поена. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата последње две трећине градива. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Перић, Д. (1996). Операционализација 2 - Статистичке апликације у истраживањима физичке културе. Београд: Самостално ауторско издање.
2. Тасић, М. (2003). Основи информатике. Ниш: Технолошки факултет у Лесковцу.
3. Morrow, J., Jackson, A., Disch, J., & Mood, D. (2000). Measurement and evaluation in human performance. Champaign, IL: Human Kinetics.
4. Thomas, R.J., & Nelson, K.J. (1996, 2001). Research methods in physical activity. Champaign, IL: Human Kinetics.

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Практични испит	20
Колоквијум	30	Теоријски испит	20
Семинарски рад	10		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

##### Предавања:

др Саша Величковић, редовни професор

##### Вежбе:

др Саша Величковић, редовни професор

**План извођења наставе на предмету: Фитнес и велнес програми**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Фитнес и велнес програми</b>				
Година и семеста: III година V семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студента са теоријским, практичним, стручним и научним сазнањима из области коришћења фитнес и wellness метода са циљем побољшања веома сложеног моторичког понашања човека повезаног са осталим димензијама његовог антрополошког бића.				
<b>Исход:</b> Студенати су оспособљени за практичну примену стечених знања у настави физичког васпитања, рекреацији, спортском тренингу и научно-истраживачком раду.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Класификација група физичких активности које се изводе у фитнес центрима. Структурална анализа кретања које се изводе у оквиру одређених фитнес метода. Анализа основних и изолованих вежби снаге, цикличних кретања на кардио уређајима као и типичних кретања у појединим врстама аеробика.	I	Усмено излагање	
2.	Методички поступци за усвајање моторичких знања кроз одређене фитнес методе, за развој и одржавање димензија снаге и обликовање тела као и поступци за развој и одржавање функционалних способности и за редукцију поткожног масног ткива. Методички поступци за развој и одржавање моторичких и функционалних способности и обликовање тела помоћу различитих система аеробика.	II	Предавања	
3.	Историјски развој аеробика. Такмичарски аеробик. Систематизација различитих врста аеробика (ниског и високог интензитета). Step aerobic, slide aerobic.	III		
4.	Aqua aerobic, аеробик за децу, fit kid.	IV		
5.	Плесне врсте аеробика.	V		
6.	Аеробик са оптерећењем.	VI		
7.	Cross fit.	VII		
8.	Fit ball.	VIII		
9.	Pilates.	IX		
10.	Callanetics.	X		
11.	Spinning.	XI		

12.	Методе учења кореографије. Cueing – тачно одређени и разрађени систем вербалних и невербалних знакова у сврху комуницирања са групом.	XII		
13.	Дефиниција и концепт wellness-а. Место и улога wellness-а у свету. Фактори развоја wellness-а. Wellness као селективна туристичка понуда. Принципи извођења wellness програма: објекти, ентеријери, стручни кадар, комуникација и избор садржаја.	XIII		
14	Организација и приказ групних кореографија.	XIV		
<b>Р.6</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Загревање и припрема организма за вежбање. Подела вежби по структури. Број вежби, број серија, број понављања.	I	Вежбе	
2.	Програм hi/low аеробис, Step aerobic.	II		
3.	Stretching. Pilates, Tae bo.	III		
4.	<b>Плесни аеробик (зумба, салса...).</b>	<b>IV</b>		<b>Колоквијум 1</b>
5.	Fit kid. Cross fit.	V	Вежбе	
6.	Кардио фитнес, бицикл ергометар, трака за трчање, степер. Вежбање са сопственом тежином.	VI		
7.	HIТ тренинг (high intensity training). Вежбање са спољашњим оптерећењем.	VII		
8.	Пирамидални систем тренинга. Кружни тренинг, интервални тренинг.	VIII		
9.	TUT (time under tension). GVT (german volume training). Вежбање са спортским реквизитима (гуме, баланс плоче, медицинке...).	IX		
10.	Aqua aerobic.	X		
11.	Аеробик час. Warm up (загревање), prestretching, conditioning (главни део часа), cool down (смиривање), вежбе снаге (изолациони рад), stretching.	XI		
12.	Кореографија у аеробичу.	XII		
13.	Weellness програми.	XIII		
14.		<b>XIV</b>		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Теоријска настава и вежбе.** Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање. **Практични колоквијум:** Садржи практичан приказ наставног садржаја. **Теоријски колоквијум:** Садржи прву половину градива. Полаже се писмено и пролазност је са 51%. **Семинарски рад:** Обрађује ширу проблематику тема из плана и програма. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријску и практичну наставу, активност у настави. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата цело градиво (за студенте који нису положили теоријски колоквијум), или део градива који није био обухваћен теоријским колоквијумом (за студенте који су положили теоријски колоквијум). **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.



**УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА**

1. AEROBIC INSTRUCTOR MANUAL (1997). American Council of Exercise, Ur: R.T. Cotton, R.L. Goldstein.
2. Anderson, B. (1997). Stretching. Zagreb: "Gopal".
3. Delavier, F.(2000). Strength training anatomy. Human Kinetics.
4. Wilmore, J.H., D.L. Costill (1998) Physiology of sports and exercise, Human Kinetics, Ill.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Настава	10	Теоријски испит	40
Колоквијуми	20		
Интерактивна настава	20		
Семинарски рад	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Катарина Херодек, редовни професор</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Катарина Херодек, редовни професор</i>
---	---

**План извођења наставе на предмету: Ватерполо**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Ватерполо</b>				
Година и семеста: III година V семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије ван ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
<b>Услов:</b> Условиза слушање предмета: <ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul> Услови за излазак на завршни испит: <ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза;</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Упознавање студената са школом ватерпола, техником, тактиком и кондиционом припремом у ватерполу.				
<b>Исход:</b> Оспособити студента да самостално планира, реализује, прати и контролише развој спортске форме у ватерполу у односу на пол и узраст.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Историјски развој ватерпола.	I	Теоријска предавања уз коришћење аудио-визуелних средстава.	
2.	Класификација технике ватерпола.	II		
3.	Индивидуална техника покрета у нападу.	III		
4.	Индивидуална техника покрета у одбрани.	IV		
5.	Тактика у ватерполу.	V		
6.	Индивидуална и групна тактика у ватерполу. Екипна тактика у ватерполу.	VI		
7.	<b>Провера знања</b>	VII		<b>Колоквијум 1</b>
8.	Голман у ватерполу. Карактеристике играчких позиција у ватерполу.	VIII	Теоријска предавања уз коришћење аудио-визуелних средстава.	
9.	Спортска форма.	IX		
10.	Планирање и програмирање развоја спортске форме.	X		
11.	План и програм развоја физичких способности у ватерполу.	XI		
12.	Ватерполо школа. Организација ватерполо школе.	XII		
13.	Судијска правила. Правила ватерпола.	XIII		
14.	Основне поставке мини ватерпола.	XIV		
Р.б.	Наставни садржаји/вежбе	Недеља у семестру		Облици и методе наставе
1.	Технике пливања у ватерполу.	I	Практичан рад	

2.	Технике покрета у нападу. Техника извођења бацања лопте.	II	на базену.	
3.	Технике покрета у нападу. Техника извођења бацања лопте.	III		
4.	Технике покрета у одбрани.	IV		
5.	Техника покрета бек-центар. Технике бацања лопте.	V		
6.	Линије кретања играча у току утакмице.	VI		
7.	<b>Провера знања</b>	VII		
8.	Позициони напад у ватерполу.	VIII	Практичан рад на базену.	
9.	Контранапад и одбрана од контранапада.	IX		
10.	Играч више.	X		
11.	Одбрана у ватерполу.	XI		
12.	Играч мање.	XII		
13.	Техника покрета голмана.	XIII		
14.	Вођење и суђење ватерполо утакмице.	XIV		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Студенти се евидентирају на одговарајући начин и на основу процентуалне посећености добијају бодове за похађање. Да би студент добио поене за присутност настави (**10 поена**), на теоријским предавањима (5 поена) мора да присуствује **најмање на 80%** часова, такође, и на практичној настави (5 поена) **најмање 80%** што представља обавезан услов да би студент приступио полагању завршног испита. **Консултације** се реализују два пута недељно (распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета). **Теоријски колоквијум (KI):** Полаже се писмено (**минимум 11, максимум 20 поена**) и садржи градиво предвиђено за тај колоквијум (техника и тактика у ватерполу). Студент је у обавези да положи теоријски колоквијум да би стекао право да приступи полагању завршног испита. **Практични колоквијум (KII):** Полаже се практично на базену (**минимум 6, максимум 20 поена**) и садржи елементе технике покрета у одбрани и нападу (**минимум 6, максимум 10 поена**) и технике извођења бацања лопте (**минимум 6, максимум 10 поена**). Студент је у обавези да положи практични колоквијум да би стекао право да приступи полагању завршног испита. **Интерактивна настава:** Подразумева активно учешће на допунским облицима наставе (волонтирање на ватерполо турниру или у ватерполо клубу (**минимум 5, максимум 10 поена**)).

#### **Завршни испит:**

**-практични део (минимум 6, максимум 20 поена)** који се полаже практично на базену и садржи елементе позиционог напада (**минимум 6, максимум 10 поена**) и контра напада (**минимум 6, максимум 10 поена**). Студент је у обавези да положи практични део испита да би стекао право да приступи полагању теоријског дела завршног испита.

**-теоријског дела (минимум 11, максимум 20 поена)** који се полаже писмено или усмено и обухвата наставне тема које су предвиђене за теоријски део испита (не обухвата градиво које се припрема за колоквијум).

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Окичић, Т., Мадић, Д. Александровић, М., Допсај, М. (2011). Ватерполо. Ниш: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Nitzkowski, M. (1994). *US Tascical Water Polo*. Pittsburgh (PA): Sports Support Syndicate.
3. Nitzkowski, M. (1998). *Water- Learning and Teaching The Basics*. Huntington Beach (CA). Water Polo Consulting Service.
4. Cutino, P.J., & Cutino, P.J.Jr. (2002). *101 defensive and conditioning water polo drills*. Monterey (CA): Coaches Chice.

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Настава	10	Практични испит	20
Колоквијум (теорија)	20	Усмени испит	20
Колоквијум (практични)	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Томислав Окичић, редовни професор</i> <i>др Марко Ђуровић, доцент</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Томислав Окичић, редовни професор</i> <i>др Марко Ђуровић, доцент</i>
---	---

## План извођења наставе на предмету: **Дечији спорт**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <b>Дечији спорт</b>				
Година и семеста: III година V семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов:				
Услови за слушање предмета:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета.</li> </ul>				
Услови за излазак на завршни испит:				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• услови регулисани законом и актима факултета;</li> <li>• 30 освојених поена у оквиру предиспитних активности;</li> <li>• Услови дати у опису предиспитних и испитних обавеза.</li> </ul>				
ЦИЉ И ИСХОД				
<p><b>Циљ:</b> да студенти савладају теоријска и практична знања која ће им омогућити планирање и реализацију тренажних и такмичарских активности различитих узрасних категорија деце у изабраној спортској грани; да стекну способност критичке анализе и могућност изградње аутентичне филозофије тренирања деце; да буду теоријски обучени и практично оспособљени за разумевање потреба деце у спорту.</p>				
<p><b>Исход:</b> да се студенти оспособе за самостално планирање, програмирање, реализацију и контролу тренажних и такмичарских активности без обзира на узрасну категорију и такмичарски ниво и индивидуалне педагошко-психолошке, социолошке, морфолошке и моторичке разлике између деце.</p>				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Интерес друштвене заједнице за укључивање што већег броја деце у физичке и спортске активности	I	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
2.	Актуелни европски и домаћи прописи везани за физичку активност и спорт деце (и омладине)	II		
3.	Психолошко-педагошки аспекти рада са децом у спорту	III		
4.	Симптоматично понашање деце у развоју и кроз спорт (најчешћи облици негативних особина деце у спорту)	IV		
5.	Значај и улога васпитача и тренера	V		
6.	Специфичности дијагностике у спорту код деце	VI		
7.	Оријентација и селекција младих спортиста	VII		
8.	Развој моторичких способности деце и омладине	VIII		
9.	Дугорочни спортски развој	IX		
10.	Тест	X		
11.	Дугорочни спортски развој – приступ у индивидуалним спортовима	XI	Фронтални, Вербална, Аудио-визуелна	
12.	Дугорочни спортски развој – приступ у екипним спортовима	XII		
13.	Основе одређивања оптерећења у тренингу младих спортиста	XIII		

14	Педагошки приступ код деце са инвалидитетом која су укључена у спорт и такмичење	XIV			
15.	Методички приступ код деце са инвалидитетом која су укључена у спорт и такмичење	XV			
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>	
1.	Основе рада у дечијем спорту	I	Фронтални, Рад у паровима, Метода демонстрације.		
2.		II			
3.	Развој моторичких способности деце и омладине (спортске школице)	III			
4.		IV			
5.	Специфичности дијагностике у спорту код деце	V			
6.		VI			
7.	Дугорочни спортски развој – приступ у индивидуалним спортовима	VII			
8.		VIII			
9.		IX			
10.	Дугорочни спортски развој – приступ у екипним спортовима	X			
11.		XI			
12.		XII			
13.	Колоквијум	XIII			
14.	Организација такмичења у дечијем спорту	XIV			
15.		XV			

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Настава:** Евидентира се присуство студената на предавањима и вежбама. Неопходно је присуство на минимум 70% одржане наставе да би студент добио предвиђене бодове. **Теоријски колоквијуми (тест):** Садржи две трећине пређеног градива програма предавања. Ради се писмено и пролазност је са 51 %. **Практични колоквијум:** Садржи две трећине обрађених наставних јединица. **Интерактивна настава:** Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања, активност у настави, ангажовање на научном или стручном пројекту који се реализује у оквиру предмета. **Теоријски испит:** Полаже се усмено и обухвата трећину градива (са положеним тестом) или целокупно градиво (без положеног теста). Студент добија три питања случајним избором. **Консултације:** Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Јевтић, Б., Радојевић, Ј., Јухас, И., Ропрет, Р. (Ур) (2011). *Дечији спорт од праксе до академске области*. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања.
2. Немец, В. (2015). *Дечији спорт, скрипта*. Београд: СИА

#### НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)

Предиспитне обавезе	Максимум	Завршни испит	Максимум
Настава	10	Усмени/писмени испит	40
Колоквијум (теорија)	20		
Колоквијум (практични)	20		
Интерактивна настава	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

#### НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ

<b>Предавања:</b> др Стеван Стаменковић, доцент	<b>Вежбе:</b> др Стеван Стаменковић, доцент
--	--

**План извођења наставе на предмету: Менаџмент спортских организација и манифестација**

<b>ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ</b>
<b>Студијски програм:</b> Основне струковне студије, спорт
<b>Назив предмета:</b> <b>Менаџмент спортских организација и манифестација</b>
<b>Година и семеста:</b> III година V семестар (Октобар/Јануар)
<b>Статус предмета:</b> Изборни; <b>Број ЕСПБ:</b> 5
<b>Место извођења наставе:</b> Просторије на ФСФВ
<b>Број часова активне наставе недељно (П+В):</b> 1+2
<b>Школска година:</b> 2023/2024
<b>Услов:</b> Нема посебних услова за слушање предмета

**ЦИЉ И ИСХОД**

**Циљ:** Циљ предмета је да се студенти упознају са са врстама и карактеристикама спортских организација, и принципима и праксом укљученим у управљање спортским организацијама. Покрива кључне теме као што су организационе структуре, лидерство, стратешко планирање и финансијски менаџмент. Такође, циљ предмета је да пружи студентима свеобухватно разумевање принципа, пракси и изазова који су укључени у управљање спортским манифестацијама. Биће обрађене теме: маркетинг догађаја, логистика, управљање ризицима и улога технологије у савременом менаџменту спортских манифестација.

**Исход:** До краја курса, студенти би требало да буду оспособљени да:

1. Опишу кључне концепте и принципе управљања спортским организацијама.
2. Анализирају различите организационе структуре у спортској индустрији.
3. Примене технике лидерства и управљања на спортске организације.
4. Израде стратешке планове за спортске организације.
5. Разумеју финансијско управљање и одрживост у спортској индустрији.
6. Опишу кључне компоненте управљања спортским манифестацијама.
7. Планирају и организују спортске манифестације, фокусирајући се на спорт-специфичне аспекте.
8. Разумеју маркетиншке стратегије у управљању спортским манифестацијама.
9. Анализирају логистичке изазове и решења јединствена за спортске манифестације.
10. Управљају ризиком приликом планирања спортских манифестација.

**ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ**

<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/предавања</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Историјски развој спортског менаџмента	I	Теоријска предавања	
2.	Појам, врсте и облици спортских организација Интернационалне спортске организације	II		
3.	Структура и карактеристике спортских клубова	III		
4.	Правни аспекти рада у спорту (Закон о спорту)	IV		
5.	Стратегијско планирање и SWOT анализа у спортском контексту	V		
6.	Лидерски стилови у спорту Тимска динамика и мотивација Решавање конфликта	VI		
7.	Маркетинг и промоција у спорту Етичке дилеме у спортском менаџменту	VII		
8.	Колоквијум 1	VIII		
9.	Увод у менаџмент спортских манифестација/догађаја	IX		

10.	Историјски преглед спортских манифестација Типови спортских манифестација	X		
11.	Кључне заинтересоване стране у управљању спортским догађајима	XI		
12.	Планирање и организација манифестације Менаџмент ризика	XII		
13.	Маркетиншке стратегије за спортске манифестације Улога технологије у промоцији манифестације	XIII		
14.	Колоквијум 2	XIV		
15.	Међународни спортски догађаји и дипломатија	XV		
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Појам, врсте и облици спортских организација	I	Поливалентни метод – предавања са интерактивним приступом; укључивање гостујућих наставника и студија случаја; решавање практичних и теоријских задатака; радионице; обиласци спортских организација.	
2.	Структура и карактеристике спортских клубова	II		
3.	Стратегијско планирање и SWOT анализа у спортском контексту	III		
4.	Студија случаја спортске организације	IV		
5.	Гостујући предавач из спортске индустрије	V		
6.	Анализа успешних спортских манифестација	VI		
7.	Маркетиншке стратегије за спортске манифестације	VII		
8.	Планирање и организација манифестације (рад у паровима или малим групама)	VIII		
9.	Колоквијум	IX		
10.		X		
11.		XI		
12.		XII		
13.		XIII		
14.		XIV		
<b>ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА</b>				
<p><b>Теоријска настава и вежбе.</b> Студент се евидентира и на основу посећености осваја бодове за похађање наставе. <b>Практични колоквијум:</b> Обухвата пређено градиво на вежбама из предмета. <b>Теоријски колоквијум 1 и 2:</b> Садржи градиво из садржаја који су обрађени на предавањима и вежбама. Полаже се теоретски и пролазност је са 60%. <b>Интерактивна настава:</b> Обухвата самосталну припрему студента за теоријска предавања и активност у настави. <b>Теоријски испит:</b> Полаже се усмено и обухвата другу половину од пређеног градива. <b>Консултације:</b> Реализују се два пута недељно (усклађене са распоредом часова). Распоред је истакнут на огласној табли испред кабинета. <b>Семинарски рад:</b> Студенти обрађују неке од спортских догађаја (такмичења) из спортова којима припадају или по сопственом избору.</p>				
<b>УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА</b>				
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Михајловић, М. (2013). <i>Спортски догађаји и спортске организације</i>. Београд: Спортски савез Србије.</li> <li>2. Covell, D., Walker, S., Hess, P., &amp; Siciliano, J. (2012). <i>Managing sports organizations</i>. London: Routledge.</li> <li>3. Nešić, M. (2007). <i>Sport i menadžment</i>. Novi Sad: Fakultet za sport i turizam - TIMS</li> <li>4. <i>Закон о спорту Републике Србије</i> (2016). Министарство омладине и спорта Србије. Београд.</li> <li>5. Правилници и друга нормативна документа Спортског савеза Србије.</li> <li>6. Правилници и друга нормативна документа Олимпијског комитета.</li> </ol>				



**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Настава	10	Усмени/писмени испит	40
Колоквијум 1	20		
Колоквијум 2	20		
Интерактивна настава/Семинарски рад	10		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Немања Станковић, ванредни професор</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Немања Станковић, ванредни професор</i>
--	--

**План извођења наставе на предмету: Методика рекреације у туризму**

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ПРЕДМЕТУ				
Студијски програм: Основне струковне студије, спорт				
Назив предмета: <span style="color: red;">Методика рекреације у туризму</span>				
Година и семеста: III година V семестар (Октобар/Јануар)				
Статус предмета: Изборни; Број ЕСПБ: 5				
Место извођења наставе: Просторије на ФСФВ				
Број часова активне наставе недељно (П+В): 1+2				
Школска година: 2023/2024				
Услов: Нема посебних услова за слушање предмета				
ЦИЉ И ИСХОД				
<b>Циљ:</b> Стицање знања о теоријским и практичним вредностима програма рекреације у туристичкој понуди.				
<b>Исход:</b> Студенти ће бити упознати са специфичним облицима рекреативних активности и могућностима њихове практичне примене у туристичкој понуди. Кроз предавања, практичне вежбе, и консултације стећи ће основна знања о могућностима организовања, реализацији и руковођењу рекреативних програма у туристичкој понуди. Оспособиће се да владају теоријским и практичним знањима и вештинама везаним за примену рекреативних програма у туризму, да реализују истраживања, да планирају и програмирају планове за потребе туризма, смостално да реализују програме и др.				
ПЛАН И РАСПОРЕД ИЗВОЂЕЊА НАСТАВЕ				
Р.б.	Наставни садржаји/предавања	Недеља у семестру	Облици и методе наставе	Предиспитне обавезе
1.	Упознавање са садржајем предмета и организацијом теоријске наставе.	I	Метода усменог излагања	
2.	Рекреација у туризму и месту становања. Дефиниција и значај туризма у свету.	II	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
3.	Потребе и мотиви корисника туристичких понуда.	III	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
4.	Савремена концепција туристичке понуде, селективни туризам.	IV	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
5.	Улога спортске рекреације као основа за развоја различитих типова селективног туризма.	V	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
6.	Систематизација облика спортско рекреативних програма у туристичкој понуди.	VI	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
7.	Провера садржаја из претходних 5 недеља	VII	Провера знања	Колоквијум 1
8.	Стационарани облици у понуди спортско рекреативних програма.	VIII	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
9.	Појам, начела и облици анимације.	IX	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
10.	Развој и подела анимације.	X	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
11.	Организација анимације.	XI	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	

12.	Програми анимације.	XII	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
13.	Економски учинци програма анимације.	XIII	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
14.		XIV	Метода усменог излагања; А-В метода; Интерактивна настава	
<b>Р.б.</b>	<b>Наставни садржаји/вежбе</b>	<b>Недеља у семестру</b>	<b>Облици и методе наставе</b>	<b>Предиспитне обавезе</b>
1.	Упознавање са организацијом практичне наставе.	I	Метода усменог излагања	
2.	Примена програма анимације у рекреацији за децу предшколског узраста.	II	Фронтални, групни, индивидуални, рад у паровима. Метода усменог излагања, демонстрације, комбиновни метод	
3.		III		
4.		IV		
5.	Примена програма анимације у рекреацији за децу млађег школског узраста.	V		
6.	Примена програма анимације у рекреацији за децу старијег школског узраста.	VI		
7.		VII		
8.	Примена програма анимације у рекреацији за одрасле особе.	VIII		
9.		IX		
10.	Тематске вечери.	X		
11.		XI		
12.	Целодневни програми анимације.	XII		
13.		XIII		

#### ОПИС ПРЕДИСПИТНИХ И ИСПИТНИХ ОБАВЕЗА

**Похађање наставе:** Ако студент активно учествује на 50% часова одржане теоријске и практичне наставе добија минимални број бодова (укупно 5 поена). Број бодова биће пропорционално увећаван у складу са похађањем наставе у току семестра али не може бити већи од 10 (десет) поена.

**Консултације:** Два пута недељно у складу са распоредом часова. **Колоквијум:** Обухвата питања из првих 5 наставних јединица. Свако тачно одговорено питање вреднује се 1 поеном. Потребно је остварити минимално 10 (десет) поена. **Семинарски рад:** подразумева израду семинарског рада на изабрану тему. Семинарски рад је обавезан и потребно је остварити минимално 10 (десет) поена. **Интерактивна настава:** подразумева следеће активности – Излагање дела теоријске и/или практичне наставе (презентација). Потребно је остварити минимално 5 (пет) поена. **Теоријски испит:** подразумева одговоре на насумично извучена питања из области које нису обухваћене колоквијумом.

#### УЏБЕНИК И ДОПУНСКА ЛИТЕРАТУРА

1. Weed, M i Bull, C. (2004). Sports Tourism. Amsterdam.
2. Ivanovski, A., Mitić, D. (2012). Animator in tourism. Brasov: Editura Universitatii Transilvania.
3. Јовчић, Ж. (1983). Годишњи одмори и туристичка рекреација. Београд: Одсек за туризмолшке науке ПМФ; Институт за туризам.
4. Бертолуци, М., Чавлек, Ж. (1998). Туризам и спорт. Факултет физичке културе; Економски факултет, Загребачки велесајам.
5. Савић, Д. (1987). Модели физичке културе - свезак III. Београд: Загреб: РСИЗ Републике Хрватске.
6. Микалачки, М. (2000). Теорија и методика спортске рекреације. Нови Сад: Факултет физичке културе.
7. Микалачки, М. (2005). Спортска рекреација. Нови Сад: Факултет спорта и физичког васпитања.
8. Електронски материјал

**НАЧИН ОЦЕЊИВАЊА (максимални број поена 100)**

<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>Максимум</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>Максимум</b>
Активна настава	10	Теоријски испит	40
Колоквијум	20		
Семинарски рад	15		
Интерактивна настава	15		
<b>УКУПНО</b>	<b>60</b>		<b>40</b>

**НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ**

<b>Предавања:</b> <i>др Саша Пантелић, редовни професор</i> <i>др Анђела Ђошић, доцент</i>	<b>Вежбе:</b> <i>др Анђела Ђошић, доцент</i>
--	---